d

1871

D. Paskal Joseph Ferro,
Sr. kön. ap. Majestät Rath, erster Stadt- und Gerichtsarzt
zu Wien, Mitglied der Akademie der Naturforscher,

vom

Gebrauche des kalten Bades.

— — Progenitum ſtygos amne ſevero
Armavi, totumque utinam! *Statius.*

Zweite vermehrte Auflage.

Wien 1790,
bei Joseph Edlen von Kurzbeck, k. Hofbuchdrucker,
Groß- und Buchhändler.

Potens mederi ſimplicibus compoſita medicamenta
doloſe, aut fruſtra quaerit.

Arn. de Villanova.

STADTBIBLIOTHEK
DÜSSELDORF

Vorrede.

Bei der Einrichtung der hiesigen Flußbäder fühlte ich mich verbunden, in einer ausführlichen Abhandlung den Nutzen und Gebrauch derselben aus einander zu setzen. Weit entfernt aber, über die Vortheile, welche sie gewähren, wie der Marktschreier auf der Bühne über die Allkraft seines Universal-

elixiers, zu deklamiren, habe ich vielmehr nach meiner Uiberzeugung die Grenzen genau anzugeben gesucht, welche die Natur diesem, so wie jedem andern Mittel anweist. Eben so wenig ließ ich mich aber auch durch die Machtsprüche einiger Aerzte, denen es an der Einführung minder einfacher Kurarten gelegen war, verleiten, den Gebrauch der kalten Bäder in Fällen abzurathen, wo augenscheinliche Data großer und von keiner Nebenabsicht geblendeter Aerzte von derselben Heilkraft zeigten. Ich habe mich daher nicht gescheut, dem Nutzen derselben jenen Grad der Allgemeinheit zu geben, den ihnen die gesammelten unzähligen Erfahrungen großer Aerzte anweisen; und die, welchen die von mir ausgesteckten Grenzen zu weit vorkommen, haben es nicht mit mir, sondern mit der Erfahrung selbst zu thun, auf die ich mich, als den einzigen und besten Gewährsmann, berufe.

Vorrede.

Da ich mein Unternehmen immer als ein öffentliches Lokalinstitut betrachtete, so glaubte ich dieser Rücksicht auch bei meiner Abhandlung folgen zu müßen. Ich habe mich daher in ein genaueres und vielleicht eben deswegen zu weitläuftiges Detail der itzt herrschenden Lebensart eingelaßen; habe die Anomalien derselben durch alle Alter verfolgt; und die Data derselben gaben mir das Resultat der itzt so allgemein gewordenen Schwäche. Von der Untersuchung derselben ging ich zu den stärkenden Mitteln über: untersuchte den Nutzen der kalten Bäder erst medizinisch; und suchte dann ihre vormalige Allgemeinheit in einer, soviel möglich, ausführlichen Geschichte zu zeigen.

Ich schloß mit den Zeugnißen und Erfahrungen großer Aerzte, deren Gewährleistung ich immer für die einzige gültige Anempfehlung meines Unternehmens hielt.

Vorrede.

Bei dieser zweiten Auflage habe ich gesucht, die Fehler der ersten zu verbeßern, die Ordnung einfacher und deutlicher zu machen, die Thatsachen zur Bestättigung zu vermehren, und viele beträchtliche Zusätze einzuschalten; damit dieses Werk, soviel als möglich, gemeinnützig und vollkommen werde.

In=

Inhalt.

Erste Abtheilung.

Erster Abschnitt. Von dem Einfluße der itzt herrschenden Lebensart auf die überhandgenommene Schwäche und Kränklichkeit der Menschen.

Zweiter Abschnitt. Von der Nothwendigkeit eines allgemein einzuführenden Mittels wider diese Uibel.

Dritter Abschnitt. Von dem Nutzen des kalten Bades, als des einzigen Mittels in dieser Rücksicht.

Zweite Abtheilung.

Erster Abschnitt. Aeltere Geschichte der kalten Bäder.

Zweiter Abschnitt. Neuere Geschichte der kalten Bäder.

Drit-

Dritter Abschnitt. Die verschiedenen Arten, das kalte Bad zu gebrauchen, nebst Unterricht im Schwimmen.

Dritte Abtheilung.

Nutzen der kalten Bäder in einzelnen Krankheiten.

Erster Abschnitt. Das kalte Bad reiniget und stärket die Haut.

Zweiter Abschnitt. Das kalte Bad kühlt und dämpft die Entzündungshitze.

Dritter Abschnitt. Das kalte Bad stärkt und kondensirt alle festen und flüßigen Theile.

Vierter Abschnitt. Nutzen des kalten Bades in Krankheiten der Nerven.

Einige Vorsichtsregeln.

Erste

Erste Abtheilung.

Von dem Einflusse der itzt herrschenden Lebensart auf die überhand genommene Schwäche und Kränklichkeit; von der Nothwendigkeit eines allgemein einzuführenden Mittels wider diese Uibel, und dem Nutzen des kalten Bades, als des einzigen Mittels in dieser Rücksicht.

Erster Abschnitt.

Von dem Einflusse der itzt herrschenden Lebensart auf die überhandgenommene Schwäche und Kränklichkeit der Menschen.

Daß die Gesundheit der erste und letzte Wunsch eines jeden Menschen sey, und daß dieselbe die Stärcke des Körpers nothwendig voraussetze, dieß ist eine Wahrheit, die zu alt geworden ist, um noch länger auseinander gesetzt zu werden; so alt aber auch immer diese Wahrheit ist, so oft sie bei allen Gelegenheiten, ja selbst bei allen Wettergiskursen wiederholt wird, so wenig Einfluß scheint sie doch auf die Lebensart aller derer zu haben, die sie im Munde führen: Sie gehört unstreitig unter die Zahl jener goldenen Sprüche, die bei unsern lieben Alten Lebensregeln waren, bei uns aber itzt zu bloßen Sprachsentenzen herabgewürdiget worden sind. Die Lebensart wird einzig von der Mode bestimmt, die trotz den Krankheiten, so aus ihr entstehen, trotz der allgemeinen Schwäche, so sie verursachet, von jeher ihre Anbeter gefunden hat.

Freilich kamen hie und da Männer, die wie Phocion gegen die Weichlichkeit losdonnerten; aber da sie immer in ihrem Eifer zu weit giengen und Sachen anriethen, die nun einmahl nicht mehr möglich waren, so ließ man sie wie Schwärmer herum schreyen, und wandelte den gewohnten Weg unbekümmert fort.

Wenn man itzt die Menge der Bücher sieht, wovon der eine Theil von nichts, als Empfindung und Gefühl predigt, und der andere wider dieselbe als die Pest des menschlichen Geschlechts loszieht, das Landleben hingegen, die einfache Kost des Landmannes, das Arbeiten im Schweisse seines Angesichts bis in den Himmel erhebt; denn weiß man nicht, ob man diese oder jene für die größten Schwärmer halten soll.

Der Empfindungsprediger hat zwar noch immer den größten Zuspruch; denn da er der itzigen Lebensart das Wort spricht, so macht er auf die weiche Seele nur solche Eindrücke, die sie zu ertragen im Stande ist, aber er wird deswegen nicht um das geringste mehr befolgt. Fängt die Zeit einmahl an, Furchen des Ernstes in unsere Stirn zu graben, dann lacht man über alle die Empfindsamkeiten und sieht ein, daß man sie nie im Ernste besaß. Wie oft hab ich nicht bei Jünglingen und

Mäd-

Mädchen Thränen in den Augen gesehen, wenn sie das Elend eines Menschen rührend abschildern hörten; und doch da, wo sie es würklich sahen, blickten sie kaum hin, so eckelte ihnen davor; sie wandten ihre Augen nach einer andern Seite und gingen vorüber. Wie manche sahe ich von Widerwillen entbrannt, bei der Erzählung eines Lasters, mit dem sie doch ganz vertraut geworden waren, und worin sie der roheste Bauer mit bleienen Nerven beschämen konnte.

Eben so verhält es sich mit den Bußpredigern der ißigen Lebensart. Nur der Bauer oder der Wilde ist bei ihnen der glückliche Mann der Natur, der das Kleinod der starken und dauerhaften Gesundheit besitzt, und ungehemmt die Wege zum Alter bis an ihr leztes Ende fortwandelt, der, der nicht wie diese lebt, zieht nach ihrem Ausspruche alle Beschwerden des Lebens, allen Fluch der Krankheiten auf sich. Indessen eben diese Herrn doch sich selbst von dem Strome hinreißen lassen, und oft von den Krankheiten gemartert werden, die sie als Folgen der Unordnungen ausschrieen.

Freilich liegen in der Lebensart die Keime der meisten Krankheiten; aber jede Lebensart hat die ihrigen. Auf dem Lande herrschen solche, die in den Städten nicht sind, und unter den rohesten

Völkern sind solche, von denen die gesitteten Völker nichts wissen.

Der Indianer bei Malabar hat sein Mordeschen: a) der Japonier sein Senki, b) und der Perser sein Pejunck, c)

Es ist wahr, vieles ist in den Städten, das der Gesundheit schädlich ist, allein deswegen muß man nicht allem darin Fehde schwören. Es giebt doch vieles in eben dieser Lebensart, das zur Erhaltung der Gesundheit sehr zuträglich ist.

Wenn man nun noch dazu die Sache übertreibt, kleine Diaetsfehler zu grossen Schritten zum frühen Grabe macht, und Sachen anräht, die man nun einmal nicht mehr thun kann; dann fallen mit diesem, tausend andere gute Rathschläge zum

---

a) Ein starkes Erbrechen mit den grausamsten Schmerzen in den Gedärmen, wo gemeiniglich in 30 Stunden der Todt erfolgt. J. A. Grose Voyage aux Indes orientales. Londres 1758.

b) Eine Art Kolick, die sehr heftig und sehr oft tödtlich ist, und wovon aus zehn, kaum einer frei ist. Kaempfer amoenitates exoticae 1712 Fasc. 3. pag. 582.

c) Eine Krankheit, wo sich unter der Haut Würmer nisten, die unheilbare Geschwüre machen. Ebendersselbe pag. 524.

in Zernichtung, die ganz gut und thunlich wären, aber die nun einmal zur Dichtkunst hinabgesetzt worden sind. Man kann doch auch in den volkreichsten Städten die beßte Gesundheit bis ins graue Alter erhalten, und man hat da beinahe eben so viele Beispiele von sehr alten Leuten, als auf dem Lande; auch giebt es da eben so starke und gesunde Leute, die mitten im Getümmel des Stadtlebens glücklich genug waren, daß sie sich mäßigen konnten. In Manchester findet Price die Anzahl der Leichen gegen die Lebenden viel geringer, als vormals, wo doch itzt der Luxus viel höher gestiegen ist. a) Er schreibt dieß zwar der Geschicklichkeit der Aerzte zu: aber, ob ich gleich selbst ein Arzt bin, so hab ich doch nicht so viel Eigenliebe für meine Kunst, daß ich ihr dieß allein zuschreiben möchte. Eben der itzige Luxus mag vielleicht der Gesundheit nicht so schädlich seyn, als die vorige Lebensart, wo man den für den bravesten Mann hielt, der am meisten saufen und bei einem Gastmahle vor zehn Mann essen konnte.

So hat jede Lebensart von jeher ihre schädlichen Seiten, und eben so ihre eigene Krankheiten gehabt; wie jene sich änderte, kamen auch andere Krankheiten. Wir brauchen nur in diesem

d) Philosoph. transact. etc. Vol. 64 Part. 1 pag. 58.

Jahrhunderte zu bleiben, um die verschiedenen Abänderungen der allgemeinen Krankheiten zu sehen. Im Anfange deßelben schrie alles über Vollblütigkeit. Stahl ließ beinahe allen zur Ader; dann kamen Hämorrhoiden, Obstruktionen im Unterleibe; das Podogra kam bis zur Hütte des Landvolks. Endlich ließen diese ein wenig nach, und es kamen Krämpfe und Nervenschwäche.

Diese sind jetzt die gemeinen Krankheiten, die in den Städten herrschen. Beinahe der dritte Theil der Kranken hat Krämpfe oder Nervenschwäche wo nicht zum Grunde ihrer Krankheit, doch wenigstens damit vergesellschaftet. In den langwierigen Krankheiten aber, in dem sogenannten Kränkeln, das itzt einen Theil der feinen Sitten ausmacht, sind ich von zehn kaum einen davon frei. Kömmt nun die üble Heilmethode dazu, da der eine Arzt von den Wallungen des Geblüts irre geführt, brav aderläßt, der andere vom Modeton eingenommen nichts als Chinarinde und Eisenmittel giebt, und so die Hitze des Geblüts, die ohnedem in Verhältniß mit den schwächlichen Fibern zu groß ist, noch mehr erhöht, dann müssen natürlich diese Krankheiten immer mehr und mehr anwachsen, tiefer einwurzeln, endlich zur Natur werden, und dann selbst in die Kinder mit übergehen.

Da nun die jetzige Lebensart in den Städten diese Krankheit verursacht, so will ich erst dieselbe durch alle Stuffen des Alters vom Säuling an bis in das späteste Alter durchgehen, da die Quellen aufsuchen, die den Urstoff der Krämpfe und Nervenschwäche schon in der Kindheit ansetzen; und zeigen, wie leicht es sey, diesen Uebeln vorzubeugen, so daß man auch mitten in der volkreichsten Stadt, mitten im jetzigen Luxus die natürliche Stärke des Körpers wieder herstellen könne, wodurch sich unsere Vorfahren bei ihrer rohesten Unwissenheit aller Kriegsvortheile, selbst bei den Weltbezwingern so furchtbar machten.

Man schreibt seit einigen Jahren so viel von der Erziehung der Kinder, schreibt Kinderkomödien, Kinderbibliotheken u. d. gl. ja selbst von der physischen Erziehung der Kinder, ohne daß man in der Ausübung an ihren Körper dächte, da doch die Gesundheit des Körpers die Grundlage aller irrdischen Glückseeligkeit ausmacht. Man will aus Kindern gesetzte Leute machen, ehe sie die Natur dazu gebildet hat, und zwingt sie durch Reitzung ihrer kleinen Leidenschaften, wodurch der Körper noch mehr, als durch die Ruthe leidet, aus sitzende, denkende Leben, ehe der Körper Festigkeit genug hat, die das Denken erfordert. Jeder weiß es doch, daß es meist vom

Körper abhängt, einen Newton und einen Lapländer zu machen, und daß oft die kleinste Veränderung im Körper aus dem weisesten Menschen das Gespött der Kinder machen könne, und dennoch will man noch immer an den Kern schnitzen und bilden, ehe noch die Schale fest genug ist.

Wie vieles müßte ich hier sagen, um jeden einzelnen Fehler ins Licht zu stellen, und ihn mit kräftigem Nachdruck zu verweisen. Die Fehler der Schwangerschaft, die alle dahin abzielen, schwache, elende Kinder zur Welt zu bringen; die Fehler bei den Neugebohrnen; das gänzliche Versagen der Muttermilch, worin jedes junge Vieh glücklicher als der Mensch ist; das Warmhalten, das so vielen Stoff zu Krankheiten giebt. Nicht Sorge für das Kind kann uns entschuldigen, daß wir ihm die Muttermilch, die Nahrung die ihm die Natur darbeut, versagen; nur Sorge für die Mutter ist es; aber auch diese ist übel gegründet. War sie im Stande das Kind zu empfangen, das Kind neun Monate hindurch mit ihrem Blute zu nähren, es auf die Welt zu bringen: warum soll sie dann itzt nicht im Stande seyn, ihm eine Nahrung zu geben, die die Natur selbst darreicht, und die sonst durch andere Wege weggeht? Möchten doch die Mütter einmal von einem Irrthume genesen, der sie von einer der wesentlichsten Mutter-

pflich-

pflichten abhält! Wilhelm führt uns Beispiele von Müttern an, die zur Abzehrung geneigt waren, und die bloß durch das Säugen ihrer Kinder gesund und stark geworden sind. a) Unter andern sahe er eine Frau, die vom Blutspeien die Lungensucht bekommen hatte; sie ward schwanger, und in der Schwangerschaft stieg die Krankheit immer höher, der Auswurf war sehr häufig, und bloßes Eiter. Kaum lebte sie noch, als sie gebahr und am Rande des Grabes wollte sie doch noch ihre Pflicht ausüben; sie gab ihrem Kinde die Brust: und bloß durch das Säugen, ohne ein weiteres Hülfsmittel ward sie allgemach besser, kam zu Kräften, verlohr das Husten, ward dick und vollkommen gesund. b) Warum will man denn dem Kinde die frische Luft versagen, worin es gebohren wird? um ihm noch mehr Stoff zu Krankheiten zu geben die ohnedem auf dasselbe warten? Wird doch das Gesicht zur Luft gewöhnt, das gewiß nicht härter als sein übriger Körper ist. Gewöhnte man auch den übrigen Körper an Luft und Kälte, so würden wir nicht Koliken, Gliederreissen, Katharre, und viele andere Krankheiten bekommen,

---

a) Observ. medic de Phthisi. Decuria, etc. Disert. Praesid. Frid. Wilhelm. Würtzeburgi 1777 pag. 25.

b) Ebendaselbst pag. 17.

men, die oft aus einer kleinen Verkältung derjenigen Theile entstehen, die man immer in sorgfältiger Wärme gehalten hat.

Von zarten, kränklichen Eltern gebohren, liegt da das Kind matt und kraftlos, und wird noch immer in dieser Schwäche unterhalten, da man eher bedacht seyn sollte, den Fehler wieder gut zu machen, den man ihm nun einmal angehängt hat. Abzehrungen, Weinen, schweres Zahnen, Sichter, englische Krankheit u. d. gl. sind die Folgen davon, und sind es um desto sicherer, da wir itzt durch die Erfahrung wißen, daß man diese Krankheiten durch das entgegengesetzte Verhalten am besten und geschwindesten vertreiben könne. Ich klage nicht über die übrige Art, wie man die Kinder behandelt, alles ist gut, das Achthaben auf sie, das zeitige Schlafengehen, das Reinhalten, das leichte Essen, das Wassertrinken — alles dieß ist sehr gut; nur soll man sie mehr an die frische Luft gewöhnen, und sich nur überzeugen, daß das Harthalten den Kindern nicht schade, daß es das einzige Mittel sey, ihnen starke, gesunde und dauerhafte Körper zu geben, die den Saamen der Nervenschwäche in seiner Geburt ersticken, und ihn auch in der Folge nicht so leicht aufnehmen. Und das frühe Anhalten zum Sitzen, und Lernen! — Warum will man denn den schwachen Geist nicht erst

reif

reif werden lassen? Der Geist im Treibhaus trägt Früchte im Frühling, und welket, ehe der Herbst kömmt. Es ist gewiß, daß es bei den meisten Aeltern bloß Eigenliebe ist, die sie zu dieser überspannten Erziehung antreibt: daß sie ihre Kinder wie Puppen zur Schau führen können. Zeigt uns doch jedes Gewächs der Natur, jedes was um uns ist, daß das, was früh im Zeitigen übertrieben worden ist, am ersten verwelket, und nie zu jener guten Reife kömmt, die es sonst durch die Natur erhalten hätte. Der ganze Vortheil von dieser überspannten Erziehung, deren Schaden sich übers ganze Leben hinaus dehnt, besteht höchstens, wie sich ein englischer Arzt a) ausdrückt, darin, daß die Kinder ein paar Jahre früher vernünftig werden, als sie es durch die Natur geworden wären.

Wenn wir das Leben der größten Männer durchgehen, so finden wir, daß die meisten in ihrer Kindheit rohe, ungesittete Buben waren, die kein Wetter, keine Kälte noch Hitze scheueten, sich im Schne brav herumtummelten, wenig lernten, aber dafür starke Körper erhielten, die zu den Arbeiten ihrer künftigen Jahre dauerhaft wurden.

---

a) Armstrong on health - book.

den. Wenn der Körper einmal seine Kräfte in starken Maaß erhalten hat, dann kann der Geist von selbst rastlos mit der geringsten Anspornung Riesenschritte machen, und den andern bald einholen, der schon hinkend von Müdigkeit auf dem halben Wege sitzen bleibt.

Gesetzt also, das Kind hätte auch entweder durch das Ungefähr oder durch seine starke Natur das erste Alter glücklich und gesund zurück gelegt, so hat es desto gewisser den Schaden der folgenden Jahre zu erwarten, wo der Körper, durch das lang anhaltende Sitzen, das Einprägen so vieler Jeden, das Abhalten von der frohen jugendlichen Munterkeit, und das Foltern mit der Furcht und Angst der Strafen a) allgemach angegriffen wird, und die Nerven so angespannt und geschwächet werden, daß ihre Empfindlichkeit grösser wird, als es ihr körperlicher Bau ertragen kann. So kömmt dann der Keim der Krämpfe und Nervenschwäche in dieser zweiten Epoche schon bei vielen zur völligen Reife, ehe die Jünglingsjahre angekommen sind.

Sache

a) Nichts schwächt die Kräfte des Körpers mehr als Furcht und Angst. Conringius de habitibus corpor. germanor antiquis et novis p. I.

Freilich ist die Meinung vieler Aeltern ganz gut und löblich. Sie wollen die Kinderjahre nicht fruchtlos vorbeigehen lassen, und an ihren Kindern, so lange sie leben, alles thun, um ihnen das einzige Geschenk, eine gute Erziehung zu hinterlaßen; aber das kann alles geschehen ohne die Sache zu überspannen, und ohne sie zu schaden, da man ihnen nutzen wollte. Ein gesunder Körper ist doch immer der erste Wunsch eines jedes Menschen, die erste Grundlage der Glückseeligkeit. Wie mancher, dem es mitten im Genuße aller übrigen Güter der Welt, bloß an dieser Grundlage fehlt, ist nicht gezwungen mit Swift auszuruffen: nur einen ruhigen Schlaf, schönes Wetter und gute Verdauung! — auf Stroh oder Federn schläft man denn eben so gut, lebt in Siberien eben so munter und fröhlich, als in der schönsten Gegend Italiens, und fühlt sich bei einer Schüssel voll Erdäpfel eben so leicht wie bei einem Fasan.

Und in den Jünglingsjahren — welche Zerstörungen warten nicht da schon an der Schwelle auf den jungen Menschen? Blind und wüthend überläßt er sich itzt allen Ausschweiffungen, da man ihm Glück wünschen sollte, daß er einmal aus den verderbenden Händen heraus gekommen ist, und benutzt jeden Augenblick, wo er den Augen des Hofmeis-

sters

sters los werden kann. Schwach von Natur aus und durch die üble Erziehung noch mehr verzärtelt, unterliegt sein Körper in kurzer Zeit den Zerstörungen, womit er auf ihn losstürmt. Eben die frühe Kultur der Seele ist die Hauptquelle seines Verderbens. Geschärft zu stärkern Empfindungen fühlt er alles doppelt, und das, was andre leicht berührt, erschüttert ihn. Viel Reitzbarkeit, viel Seele und viele Nahrung zu Leidenschaften! — So werden die Jahre, die das goldene Alter des Lebens ausmachen sollten, in den heftigsten Zerstörungen zugebracht. Er spührt die neuen belebenden Kräfte der reifenden Natur, hat neue noch nie gefühlte Empfindungen, fühlt ungewöhnlich wallendes Feuer in jedem Pulsschlag, Spannung in jeden Nerven, und das in einem Stande, wo er alle Gelegenheit hat, den Reitzungen nachzugehen, die ihn locken. Da verfliegen alle seine hochgepriesene Wißenschaften, alle seine angeklebte Kenntniße werden weggewischt, die Kultur derselben höret auf, da seinen Geist itzt angenehmere Dinge feßeln; und so wird der Mann, der oft das Glück vieler Tausenden werden sollte, in eben dem Alter zu Grunde gerichtet, das seinen Ruhm, den Ruhm seiner Ahnen, und Nachkömmlinge auf ewig befestigen sollte. Hier ist der Zeitpunkt, wo ihn der rohe, ungesittete dumme Knabe völlig einhohlt, und in ein paar

Jah-

Jahren sein Lehrmeister wird. Dieser, unbekannt mit den feinen Sitten, stark und anhaltend, bleibt bei seinen Arbeiten sitzen; weiß von keinem Kopfweh, wenn er auch Tag und Nacht über Büchern sitzt, behält seine gute Laune und seinen starken Körper auch bei den schwersten Arbeiten, übersteigt jede Hinderniß, die seinem Fortgange im Wege steht, leidet Hunger und Durst, Dürftigkeit und Kälte, alles ist ihm Spielwerk, wenn er nur sein Ziel erreicht. Stark in seinen Leidenschaften aber auch groß, fühlt er seinen eigenen Werth ohne ihn durch Puppenspiel von andern zu erbetteln; voll von Gefühl, aber nicht bei jeder Berührung erschüttert, sieht er das Gift, das in den Blumen steckt und fühlt nur die Reitze des wahren Vergnügens; und eben durch dieses macht er sich bald die Sitten der feinen Welt eigen, ohne ihre Unordnungen anzunehmen, — und so tritt er als Mann in jeden Stand, den seine Umstände ihn bestimmt haben, nie mittelmäßig, immer ein König, entweder als Minister, oder als Schulmeister. Den andern hingegen begleiten mit jedem Schritte die Folgen seiner Ausschweiffungen das Feuer seiner Jugend ist der Fieberhitze gleich, die mit Schwäche sich endiget, welche desto eher, und in desto höherem Grade kömmt, je heftiger die Hitze war. Das erste Uebel ist gemeiniglich zu starke Empfindlichkeit, in jedem Theile des

Körpers, unordentliche Ausdünstung, Unverdaulichkeit, u. s. w. Dies geht dann alles stuffenweis in die wahre Nervenschwäche und in Krämpfe über, deren Zufälle unendlich sind, und die eben so viele Namen haben, als sie Uebel verursachen.

So wenig ich auch in das genauere Detail der übrigen Lebensart, und der daraus folgenden Krankheiten hineingehen wollte, so muß ich doch hier bei einer Ausschweiffung verweilen, die man ihrer so allgemeinen Verhehrungen wegen, die Pest der Jugend nennen könnte. Ich meine die Unzucht.

Niemand weiß es beßer, als wir Aerzte, wie groß die Zahl derjenigen sey, die keiner andern Ursache ihr sieches und kränkliches Leben, oft ihren Todt zuzuschreiben haben, als diesem Laster, wenn noch die Gemeinheit deßelben es zuläßt, daß man ihm diese Benennung geben darf.

Die Unzucht überhaupt theilt sich in zween Hauptsprossen: Unzucht nach der eigenen Bedeutung des Worts — und Selbstbefleckung. Beide haben ihre eigene Mordgewehre, die zugleich vergiften und zweischneidig sind.

Es ist leicht zu denken, daß ein früh aufgeklärter Mensch, der früh zum Forschen und

Den-

Denken angehalten, und in einer weichen Lebensart auferzogen worden ist, dieß Laster viel eher begehen werde, als ein anderer. Besonders wenn Verzärtlung, sinnlicher Ueberfluß, Reitzungen auf allen Seiten dazu kommen. Doch wozu alles das? — Ein einziger Augenblick kann jahrlange Obsorge vereiteln, wenn ihn nicht tief eingeprägte zur Natur gewordene Religion, und das Beispiel aller derjenigen, die mit ihm umgehen, davon abhalten.

Beide Sprossen haben nach der geraden Richtung einerlei Wirkung: Entkräftung; — Entkräftung der Seele sowohl, als des Körpers.

Da nichts in der Welt ist, das so viel Reitze dem Unbesonnenen zeigt, als dieses Laster, so ist auch hier der erste Schritt, schon der sichere zum zweiten, und auf den ersten haftet schon mit schwerem Fuße die Gewohnheit fest, die mit jedem Schritte stärker und mächtiger wird, und ihn bis an den äußersten Rand des Grabes nicht verläßt.

Von beiden leidet die Seele; und das auf zweierlei Art: schwach wird sie nun einmal von der Entkräftung, wird träg, unfähig zu Geschäften, verstört, feige und furchtsam, blödsinnig, leicht

gerührt zum Mitleiden, (wenn man anders diese gichterische, vorübergehende Erschütterung der Seele mit einem Worte benennen darf, das der Tugend allein zugehört.) nebst dem aber wird sie auch voll von unzüchtigen Bildern, die sie noch mehr von den nöthigen Gedanken ihres Berufes abziehen. Der Mensch ist nicht mehr im Stande sich richtige Begriffe zu machen. Wenn er allein ist, dann sind alle seine Gedanken weg, seine Seele arbeitet immer in ängstigenden Wünschen und wollüstigem Nachdenken; und wenn ihm auch ein gesunder Gedanke noch übrig ist, so wird er der Gehülfe zur Wollust.

Den Körper erwarten eben so grosse Uebel, und oft nach größere. Hier theilt sich aber die Gattung derselben nach Verschiedenheit der Unzucht, doch so, daß immer eins dem andern das Gleichgewicht hält. Auf beiden ruht Kraftlosigkeit, bei diesem zwar im höheren Grade, dafür aber bei jenem zugleich die Lustseuche.

Kraftlosigkeit im ganzen Umfange des Worts! Austrocknung, Schwindsucht, und mit denselben das ganze Gefolge der Nervenkrankheiten, Kopfschmerzen, Unverdaulichkeit, Magenkrämpfe und Kolicken, Ausschlag am Gesicht und Körper, Verstopfungen der Gekrösdrüsen, Husten, Lungensucht,

Hä-

Hämorrhoidalzustände, Nierenschmerzen, Stein, Blutharnen, Gliederreissen, u. d. gl. bis endlich der Mensch ausgedorrt wie eine abgemähte Blume, und von Verzweiflung gefoltert, in der Blüthe seiner Jugend langsam ins Grab sinkt. a) Wie viele habe ich nicht gekannt, die aufgeweckt, und arbeitsam, die besten Hofnungen von sich gaben, und blos durch dieses Laster so ausdörrten, daß sie wie der Schatten an der Wand herumgiengen. Durch langes dringendes Zureden, durch die ernsthaftesten Vorstellungen eines noch größern künftigen Elendes, waren einige stark genug eine Gewohnheit von sich zu wälzen, die schon schwer und mit dem nahen Tod belastet, auf ihnen lag.

Ein jeder lege die Hand auf sein Herz; wie viele werde ich finden, die sich frei von diesem Laster wissen, deßen Folgen doch so schreklich sind, und ins ganze Leben sich ausdehnen? In chronischen Krankheiten, in der langwierigen Mattigkeit, in dem hypochondrischen Uebel, und den Mutterzuständen ist sicher bei den meisten nur dieses die erste, oft nur die einzige Ursache der Krankheit.

Dem andern folgt zwar nicht die Kraftlosigkeit in einem so hohen Grade, indem der Mis-

a) Langhans, von den Lastern, die sich an der Gesundheit des Menschen selbst rächen 1773.

brauch nicht leicht so stark, als bei dem ersten werden kann; vielleicht auch, weil die Entkräftung an sich nicht so groß, als bei dem vorigen ist, dafür aber wartet auf ihn ein anderes Uebel: die Lustseuche. Ich will hier nicht die verschiedenen fürchterlichen Zufalle herzählen, womit dieses Laster den Körper bestraft, ich will nur einen Blick auf die Folgen werfen, die oft erst spät, sehr spät dieser Krankheit folgen, und so die Sünden der Jugend mit folternden Schmerzen rächen.

Nicht das Queckstlber sitzt in den Knochen, die Schärfe der Krankheit ist es, die in den Drüsen sich genistet und lange Jahre in Ruhe da geschlaffen hat; bis sie durch neue Debauchen, oder durch das verschleissende Alter aufgeweckt worden; und nun in tobender Wuth losbrechend in dem schwächlichen Körper Krankheiten erwecket, die sich auf keine Weise kuriren lassen, bis der genauere Beobachter sie als die Folgen der Jugendsünden erkennt, und so dem Kranken oft wider seinen Willen ein Leben erhält, das er sonst mitten in seiner Laufbahn auf die schändlichste Art hätte verlieren müßen.

Kraftlosigkeit ist immer die gemeinste und sicherste Folgen der Lustseuche, und nach keiner Krankheit ist sie so groß und so anhaltend, als

wie

wie nach dieser. Dieß entsteht aus einer doppelten Ursache: einmal, aus der entkräftenden Kurart, die man nun einmal brauchen muß, um die Krankheit völlig zu vertreiben, und dann wegen der Krankheitsmaterie selbsten, die so, wie sie in die feinsten Gefäße hineindringt, und da ihr Gift ausspeit, also auch die feinen Nervengefäße nicht unverletzt läßt. Oft scheinen zwar die Kräfte sich gleich wieder einzustellen, aber erst in den reifern Jahren entdeckt sich die Schwäche, wenn das Jugendfeuer einmal ausgebrauset hat.

So fruchtbar an Krankheiten und so mächtig die menschlichen Kräfte zu zerstören, ist die Unzucht, daß viele der größten Aerzte sie allein als die Ursache der allgemeinen Kraftlosigkeit angeben. Auch sind die Städte nicht allein die einzigen Sitzörter derselben, in der einsamsten Zelle ist eben so viel Gelegenheit dazu, als in der volkreichsten Stadt. Die Lustseuche erstreckt sich itzt sogar bis in die Dörfer; zwar hat sie da nicht so viele Opfer, als in den Städten, wo ihre Freunde, der Luxus, der Müßigang und die Verschwendung wohnen.

Doch sind es nicht immer Ausschweiffungen, die die Nervenschwäche in diesem Alter verursa-

chen; hat man sich auch davon zurückgehalten, ja, ist man selbst so glücklich gewesen, die Seele immer in ihrer ruhigen Fröhligkeit zu erhalten, so sind dennoch das Sitzen, das Studieren, das Nachdenken bei einem schwächlichen Körper eben so viele Quellen der Nervenschwäche gewesen, die nur der gesunde starke Körper ohne Nachtheil ertragen kann.

Ich will zwar nicht daraus folgern, daß man die Kultur der Seele vernachläßigen solle, nur soll man erst den Körper stärken, und ihn der Größe der Seele anpaßen. Seele und Körper hangen einmal aufs genaueste aneinander, jedes fühlt des andern Veränderung, und leidet, so bald es zu der Veränderung des andern nicht tauglich gemacht worden ist. Ein schwacher Körper kann daher bei einer grossen Anstrengung der Seele nie eine vollkommene Gesundheit behalten, oder wenigstens nie die Jahre des Lebens in voller Gesundheit so weit hinausdehnen, als es sonst möglich gewesen wäre. Ohne noch der körperlichen Fehler zu gedenken, die man durchs lang anhaltende Sitzen, und die übrigen Vernachläßigungen der Diaet begeht.

Bis zur Mannbarkeit ist gar nichts, was in den Städten einer gesunden und starken Ge-

fundheit hinderlich seyn könnte, wenn es nicht die üble Erziehung, weiche Lebensart, zu starke Anstrengung der Seele und Ausschweiffungen sind, die man auf dem Lande eben so gut haben, als in den Städten vermeiden kann.

Freilich, wenn man einen schwächlichen Körper schon mit sich ins männliche Alter hinüberbringt, der von der weichen Lenbensart verdorben, und von den Ausschweiffungen noch mehr ausgesaugt ist; oder wenn man ohne auf seine Gesundheit Acht zu haben, die Arbeiten der Jugend fortsetzen will, und seinem Körper Lasten aufbürdet, die er auch in der Jugend ohne Schaden nicht ertragen könnte, dann fängt die Gesundheit die schon wankend hinüber gekommen ist, völlig an einzustürzen. Krankheiten, wovon der Saame schon lang zuvor gelegt, und durch die fortgesetzte Lebensart immer gepflegt worden ist, schiessen dann in voller Stärcke auf, und nun fängt der Mann erst an, seinen Körper zu fühlen, den er zuvor in seinen rastlosen Bemühungen, seine Seele zu bilden, nicht geachtet hatte. Izt da er thätig und edel, ein Gott unter den Menschen seyn könnte, wird er von seinem siechen Körper angekettet, und kömmt gerade damals, wenn der Staat seine Dienste fordert, schon in die Klasse der Gebrechlichen.

Dann erst, wenn tausend Hindernisse, tausend streitende Leidenschaften; gekränkter Ehrgeiz, Unterdrückung, Neid, fehlgeschlagene Hofnung, Kummer und all das Gefolge des grossen gesellschaftlichen Lebens in uns toben, dann fühlen wir erst den Vorzug des Landlebens und der Einsamkeit, doch auch dieß nur in der bittersten Stunde des Kummers. Wenn wir aber durch die Erziehung stark gemacht, und in den Jünglingsjahren abgehärtet worden sind, dann kann unser Körper vieles ertragen, viele Stürme aushalten; der freie Geist zerreißt jedes Band des Kummers, erhebt sich muthig, auf seine eigene Stärke gestützt aufwärts, wächst selbst im Fluge an, und lacht über vieles, was den Zärtling erschüttert. Die Stürme der Leidenschaften sind bei ihm, wie das Gewitter im Sommer; alles ist frischer, und hat neues Leben, wenn der Sturm vorüber ist.

Langsamer Kummer hingegen ist das gefährlichste und gemeinste Gift der Städte, das desto sicherer die stärkeste Gesundheit untergraben kann, je schleichender es unvermerkt in die Adern dringt, und da sein verzehrendes Gift aussäet. All der Ausschweiffungen nicht zu gedenken, die der Jüngling nicht selten mit ins Mannsalter bringt, und deren er oft trotz alles männlichen Widerstandes nicht loß werden kann.

Noch

Noch weit mehr Keim zur Schwäche liegt in der Lebensart des andern Geschlechts; denn bei diesem ist es sogar wider den Wohlstand, einen starken Körper zu haben, daher ist auch schon die Erziehung bei den Mädchen noch viel weicher, als bei den Knaben; da ist es nun Verbrechen, wenn sich das Mädchen einmal einfallen läßt à son aise herumzuspringen, da es doch so gut einen gesunden und starken Körper nöthig hat. Schwäche des Körpers und Nervenkrankheiten sind daher bei diesem Geschlechte in viel grösserer Menge, ohne an die ihm eigenen Krankheiten zu gedenken, die daraus entstehen: als Voreiligkeit des Monatflusses, Unordentlichkeit desselben, sein frühes Aufhören; Bleichsucht, weißer Fluß u. d. gl. Der frühe Monatfluß außerdem, daß er von der Schwäche erzeugt worden, schwächt an sich noch mehr den Körper, und hört desto früher auf, je zeitiger er gekommen ist. Die Unordentlichkeit desselben macht wieder neue Krankheiten: Kolicken, Rückschmerzen, Herzklopfen, u. s. w. sind immer die Vorgänger und Gefährten davon. Der weiße Fluß ist einmal die beständigste und sicherste Folge der weichen Lebensart; die, so sich durch Arbeiten und fleißige Bewegung einen festen und starken Körper gemacht haben, bleiben gesund, erzeugen Kinder, und werden alt, ohne jemals

was davon erfahren zu haben; und nun sind unter fünf wenigstens zwey, die diese Krankheit haben, welche gewiß, so sehr sie auch von vielen vernachläßiget wird, unvermerkt den Grund zu vielen Krankheiten legt. Schwachheit, Trägheit, Melancholie, Bangigkeit, verlorne Eßlust, Abzehrung, seltenes Kinderzeugen, frühe Geburt u. s. w. sind ihre Folgen.

Warum will man denn das zarte Geschöpf noch immer mehr schwächen? warum es nicht einmal die frohen Jahre der Kindheit genieſſen lassen? Kömmt doch der Ernst noch immer früh genug, und kann man ihnen dann nicht die feinen Sitten beibringen, ohne ihren Körper zu schwächen? Reiß der Seele und des Körpers, zartes Gefühl und Güte des Herzens, sollen eigentlich die einzigen Vorzüge der feinen Erziehung seyn; aber alle diese verwelken und arten bei einem kranken Körper gar aus. Was will man denn vom überspannten Gefühle für Nutzen haben? Daß es ihnen in der Folge ein ewiger Henker werde! Biegsam wie es ist, dies Geschlecht, so gewöhnt es sich allgemach an diese Lebensart: sein Jugendfeuer wird erstickt, um desto eher von innen um sich zu greifen, und so wird es schon von Leidenschaften gefoltert, von denen es erst in spätern Jahren etwas wissen sollte.

An-

Anstatt herumzuspringen, sitzt da das junge Mädchen in seinem Zimmer verschlossen; da mans doch bei jeder Blume sehen kann, daß die, so in dem Zimmer aufblüht, nie die schöne Farbe hat, die sie in der freien Luft zu haben pflegen, und liest seine Lieblingsbücher, die ihm noch mehr das schwache Gehirn verwirren, setzt sich Hirngespinnste in den Kopf, leidet bei dem Unglücke, das ihr ein müssiger Junge vordichtet, und sehnt sich zuletzt, selbst eine Heldin in einem Roman zu werden. Wie oft hab ich nicht alle krampfhafte Uiblichkeiten bloß durch das Wegwerfen dieser Bücher kurirt. Da sie nicht mehr lesen konnten, verging ihnen allgemach das schmachtende Sitzen, sie gingen zu ihren Gespielen, scherzten, sprangen herum, und ihre Krankheit verlor sich.

Ihr Stand setzt sie zwar wenigeren Leidenschaften aus; aber dafür werden sie auch desto eher das Opfer von denen, so auf sie wirken: da die Empfindlichkeit ihrer Nerven viel grösser ist, als die Kraft, so sie reizet, so ist auch der geringste Reiz für sie Erschütterung, und so nagt die kleinste Leidenschaft schon an ihrer Gesundheit. Ohne in brausender Gährung sich Erleichterung zu verschaffen, lassen sie, wie der Dichter sagt, ihr Geheimniß, gleich einem Wurme in der Knospe, im Herzen nagen, härmen sich schweigend, bleich und gelb;

und

und von betäubender Schwermuth niedergedrückt, sitzen sie, gleich der Geduld, auf einem Grabmal, und lachen bei der tödtenden Traurigkeit.

Betrachte man im Gegentheil nur ein gerades, schlichtes Mädchen, das von all dem Philosophiren, all dem Empfindeln und Kränkeln nichts weiß, das gerade zu denkt, gesund urtheilt, und sich weiter um die ganze Welt außer sich nicht bekümmert, was für ein gesundes, körnichtes Fleisch hat es nicht an seinem Leibe? Ihr ist's gleich, ob sie die Reinigung hat, oder nicht; sie weiß nicht einmal, wenn sie selbe wieder bekommen soll; sie fürchtet sich vor keinem Ausschlag, wenn sie Reiß oder Gerste zu dieser Zeit ißt, Sauer und Süß, Fettes und Mageres, alles ißt sie unter einander, ohne das mindeste Uibel darauf zu haben; — ist es nicht glücklicher, einen so guten und gesunden Körper zu haben, bei dem wir unseres Lebens wenigstens in Ruhe und ohne das ewige Kränkeln genieſſen können? Und man kann ihn ja haben, auch ohne die Sitten des rohen Mädchens anzunehmen. Gefühl und Reize des Umganges vertragen sich ganz gut mit einem gesunden Körper, ja noch viel leichter kann die Seele die Kultur annehmen, wenn sie in einem Körper wohnt, der gute und gesunde Säfte hat, wo sie in Ruhe ist, und von den Krankheiten des Körpers nicht gefoltert wird, und itzt schämt sich

oft

oft ein gesundes Mädchen, das doch auch nicht als ein leerer Kopf in den Gesellschaften erscheinen will, ihrer frischen Gesundheit, und möchte sich wohl gerne die Röthe von den Wangen herabkratzen — um in der Folge Schminke darauf kleben zu können.

Bei den Frauen aber werden alle diese Krankheiten immer grösser und heftiger. Da sie das sitzende, gemächliche Leben schon vom Mädchenalter her gewohnt sind, so werden sie auch von der geringsten Bewegung schon müde, klagen dann über Schwäche, und wollen doch dem Körper die Stärke nicht geben, die die gesunde Vernunft ihnen anzeigt, daß sie zur Gesundheit desselben nöthig ist. So nähren sie in einer Art von Pflanzenleben die Schwäche, so sich schon lang bei ihnen angesetzt hat, besonders, da sie itzt Ursache finden, dies Leben zu entschuldigen, dessen Grund doch immer Weichlichkeit und Trägheit ist.

Die Schwäche wächst immer an, so daß sie zuletzt jedes Lüftchen, so sie anweht, in Krankheiten stürzt, die alle krampfigter Art sind, und von Schlappheit herrühren. In diesem immerwährenden Kränkeln empfangen sie ihre Kinder, sind schwanger damit, und gebähren sie auch so; ohne daß sie denken, daß sie den grösten Einfluß auf die

künf-

künftige Gesundheit ihrer Kinder haben a), und itzt sich selbst nicht so sehr, als ihrem Manne, ihren Kindern und dem Staate angehören. Bürger sollen sie dem Staate geben, und sie geben ihm Krüpel, die ihm in der Folge zur Last sind. Selbst ihr Gewissen sollte sie anspornen, für eine Gesundheit zu sorgen, die sich bis auf die zukünftige Nachkommenschaft ausdehnt, und der ihre Unordnungen noch desto schädlicher sind, je schwerer sich der Schade wieder ersetzen läßt, den sie einmal verursacht haben.

Daß die Kinder zuweilen gleich nach der Geburt gut und gesund aussehen, das thut nichts: sie können den Saamen der Schwäche lange im Körper herumtragen, bis er in den folgenden Jahren, oft selbst durch die weiche Erziehung noch mehr gepflegt, sich erst entwickelt.

Ich sage nichts von der übrigen Lebensart der Frauen, so wenig sie auch immer zu einer guten und starken Gesundheit was beiträgt, wenn man nur auf eine andere Art dem Körper seine Stärke gäbe, die er so nöthig zu einer dauerhaften Gesundheit hat. Ihr Körper ist auch sonst gesund: oft fehlt ihnen

gar

a) Ludwigii Adversaria medico-practica. Vol. III. Pars III. pag. 195.

gar nichts, Leben haben sie genug, oft nur zu viel Leben, nur schwach sind ihre Nerven, und zu reißbar jeder Theil ihres Körpers. Daher kommen die Wallungen, die ewigen Katarrhen und Rheumatismen bei der geringsten Veränderung der Luft; die Kopfschmerzen; die Schwachheiten. Daher haben sie Linderung auf reißende und auch auf kühlende Mittel; aber nur Linderung: denn beide heben nicht die ursprüngliche Krankheit, ja sogar vergrössern sie selbe noch öfters; selbst die Schwangerschaften schwächen sie vielleicht eben so wenig, als es das Säugen thut. Aber die Weichlichkeit, die Vernachläßigung alles dessen, was dem Körper Kräfte geben könnte, das schwächt. — Und nicht selten auch die üble Kurart. Ich kenne Frauen, die zart von Körper, 20 und 22 Kindbette ausgestanden, allen ihren Kindern die Brust gegeben haben, und dennoch frisch, munter und gesund sind, bloß weil sie ordentlich leben, sich in allem zu faßen suchen, und überhaupt sich nicht weichlich halten. Sie haben allzeit ihre Reinigung ordentlich gehabt, achtetens aber auch nicht, wenn sie zuweilen früher oder später kam, oder gar ausblieb, wenn sie sich sonst nicht übel dabei befanden; wissen von keinem Kränkeln in ihren Schwangerschaften, und noch weniger von einem gesetzmäßigen Aderlassen. Und nun läßt man sich von dem starken Blutfluß der Reinigung irre führen, der doch selbst ein Kind der Schwäche

ist, läßt seine vier- bis fünfmal in der Schwanger-
schaft zur Ader, als wenn man sonst kein Mittel
hätte, die Wallungen des Geblüts zu stillen, und
man das Kind noch mehr schwächen müßte, um der
Mutter eine traurige Linderung zu verschaffen. " Es
ist zum Lachen, sagt Weikard a), von wie viel
Menschen man täglich hört, daß sie glauben, sie
hätten zu viel Blut in den Adern. Die empfind-
same Dame hat eine fliegende Hitze, die ihr gegen
den Kopf steigt; sie glaubt, es sey Vollblütigkeit,
und erkundiget sich sorgfältig von allem, ob es nicht
echauffiren könnte? Sie trinkt Wasser, genieſt
lauter Obst, Gemüß, blähende Speisen; doch blei-
ben die Bangigkeiten und Wallungen. Unterdessen
zeigt sich blasse Farbe und Mattigkeit auf allen
Seiten. Es kömmt endlich völlig zu dem, was
Withers die langwierige Mattigkeit heißt; ein Mit-
telding zwischen Nervenkrankheit, Kachexie und
Nervenschwindsucht. Vielmal ist der Herr Gemahl
im nämlichen Falle, wie die Dame; er scheut eben
so sorgfältig wie sie, was ihn echauffiren kann, trinkt
nichts als reines Wasser, genießt lauter wässerichte
Früchte, u. d. gl. Dafür aber zeugt er mit seiner
lieben Ehegattinn lauter elende Kinder. Die echauf-
firte Dame liegt nun mit einem kraftlosen Mädchen
in

---

a) Vermischte medizinische Schriften. Seite 109.

in den Wochen. Das ungesunde Ehepaar verliert nun Muth und Kräfte, da sie beide fälschlich einen Uiberfluß und eine Stärke kräftigen Blutes vermutheten, auch bisher regelmässig jährlich ihre zwo oder vier Aderläße feierten. Dort betrachte er die Kraft seines Kutschers, der nichts von Vollblütigkeit und Aderlassen weiß; sehe er den dicken Jungen, den der Kerl auf die Beine bringt, — das ist Kraft! Arbeite nun der müssige Herr mit seiner müssigen Gemahlinn, daß sie feste Körper erhalten; helfen sie sich beide mit Eisen, kalten Bädern, Fieberrinde und andern kräftigen Mitteln: alsdenn hat er auch Hoffnung, tüchtiges Blut in seine Ader zu bekommen, und kräftige Jungen zur Welt zu bringen. „

Je weiter man mit dem Menschen aus den mannbaren Jahren hinaus ins spätere Alter fortgeht, desto geringer wird allmälig die Zahl der Schwächlichen; die Hälfte davon ist schon auf dem halben Wege von der Schwäche unterdrückt liegen geblieben; von den übrigen sind einige durch ihre eigene Erfahrung endlich klüger geworden; halten sich nicht mehr so zärtlich, gehen fleissiger herum, scheuen nicht mehr so sehr die üble Witterung, da sie es erfahren, daß sie ihnen nicht so schade, wie sie's glaubten; sind nicht mehr von den Leidenschaften bestürmt, wie sonsten, da sich itzt das wallende Feuer sowohl des Körpers, als der Seele

gelegt hat, und werden so langsam von ihren Krankheiten frei; ohne daß sie's merken, wie sie sie losgeworden sind. — Wir sehen daher auch täglich alte Leute, die in ihren jungen Jahren vielen Krankheiten unterworfen waren, und ein schwächliches Leben führten, itzt in ihrem Alter ganz wacker und frisch die jungen Leute auslachen, wenn sie über Magenschmerzen und Krämpfe klagen.

Und was dann noch übrig ist, das schleppt noch so sein Leben fort. Das Kränkeln ist ihnen endlich zur Gewohnheit geworden: sie wissen nichts bessers, als in ihrem Bette, wie der Vogel in seinem Käfig, zu liegen, oder zuweilen am Fenster zu sitzen; haben sich ihren Dokter zum ordentlichen Hauspatron gemacht, wissen von allen Medizinen alles genau, was ihnen nützet oder schadet, wie viel dieß, wie viel jenes operirt auf ein Haar, alles nach der Chronik ihrer eigenen Krankheiten, und haben weiter auf Gottes Erdboden kein anderes Vergnügen, als — daß sie leben.

Selten ist bei diesen eine Abänderung in ihrer Lebensart und verderblichen Gewohnheit vorzunehmen, wenn's nicht unmerklich ohne ihr eigenes Wissen geschieht; wovon hätten auch die armen Leute zu diskuriren, wenn nicht Krämpfe und Rheumatismen wären. Zuweilen ist mir's gelungen, ihnen auf

diese

diese Art ihre Weichlichkeit abzugewöhnen, und sie wunderten sich zuletzt selbst, daß sie sich itzt an Dinge gewöhnt haben, die sie doch in langen Jahren, oft ihr ganzes voriges Leben nicht ohne Schaden vertragen konnten. Noch kürzlich habe ich eine gemeine Frau so ohne viel Mediziniren kurirt, die alle Zufälle der größten Krankheiten bekam, wenn sie, auch am schönsten Sommerabende, nur ein wenig ausging. Kopfschmerzen, Ziehen im Hals und Rücken, und Gliederreissen, alles das war gleich zur Hand, wenn sie nur daran dachte; niemals ging sie schlafen, ohne durch und durch, vom Kopfe bis zu den Füssen ganz eingehüllt zu seyn. Ganz behutsam schnitt ich ihr allmälig eine üble Gewohnheit nach der andern weg. Dieß Mittel z. B. konnte keine Strümpfe im Bette leiden; das andere keine Federküssen auf der Brust; ein drittes keine dreifache gefütterte Schlafhaube, u. s. w. und so ist sie itzt, ohne daß sie selbst weiß, wie? ohne Krämpfe und alle die andere Historien, denen sie sonst täglich unterworfen war; wäscht sich alle Morgen mit einem frischen Wasser, und befindet sich recht wohl darauf; liegt auch itzt ausgezogen, wie andere Christenmenschen, im Bette; kann sogar, wenn's seyn muß, im Regen und Schnee herumgehen, ohne daß sie nur das geringste Uibel darauf spürt.

Das Alter ist zwar an sich selbst wenigern Krankheiten ausgesetzt, als die jüngeren Jahren, wenn es nicht für sich selbst Krankheit und das allmälige Sinken zum Tode wäre. Die Geschichte sowohl als die tägliche Erfahrung weißt uns Leute, die im grauen Alter an Stärke, an Vernunft und Heiterkeit die Jugend übertrafen. Cato lernte noch griechisch, da er schon grau war; und Plato schrieb noch seine Gesetzbücher im achtzigsten Jahre. Der König Laertes machte sich in seinen alten Tagen aus der Arbeit einen Zeitvertreib, und düngete den Acker, den er seinen Sohn bearbeiten lehrte. Der neuern Beispiele nicht zu gedenken, deren es, soviel man auch von der Abnahme des Menschenalters spricht, doch noch immer welche gibt, und bei welchen sich durchgängig die Beobachtung machen läßt, daß Ordnung der Lebensart und Diät zu einem hohen Alter führen, und daß nur unsere Lebensart, die schon Jünglinge zu Greisen umschafft, dem Alter natürlicherweise ein früheres Ziel stecken muß.

Zweiter Abschnitt.

Von der Nothwendigkeit eines allgemein einzuführenden Mittels wider diese Uibel.

Wenn man die Folgen der heutigen Lebensart untersucht, so ergiebt sich von selbst, daß sie sich alle in der Schwäche des Körpers und einer zu starken Reitzbarkeit der Nerven konzentriren, welche zusammen das ausmachen, was man eigentlich unter dem Namen Nervenschwäche und Krämpfe versteht.

Diese Krankheiten sind zwar im Grunde einerlei; haben aber nach Verschiedenheit ihrer Heftigkeit, nach der Menge der zusammenfliessenden Ursachen und dem übrigen Karakter derselben verschiedene Stuffen und verschiedene Nebenkrankheiten. So kömmt sie z. B. bei diesem geschwinder, bei jenem langsamer; bei dem einen zeigt sie sich mit wallendem, bei dem andern mit dickem, stockendem Blute, hier mit Verstopfungen und da mit Austrocknung; bald sind mehr Krämpfe da, und bald mehr Mattigkeit; bei

diesem kömmt sie mit Gichtren, bei dem andern mit Lähmungen u. s. w. aber immer ist die Haupts krankheit einerlei, immer muß diese vor allen gehoben werden, wenn man sich eine vollkommene Heilung versprechen will.

Langsam schleicht sich die Krankheit in den Körper, setzt ihre Wurzeln in die Schwäche, und greift die Organen des Lebens an. Ohne in stürmende Zufälle auszubrechen, wächst sie immer an, bekömmt Sprossen, die eben so viele neue Krankheiten sind, und die eben so, wie ihre Mutter, in kurzem auch Kinder bekommen. Jeder Nerve ist in einer widernatürlichen Lage. Hier Spannung, dort Schwäche, und überall zu viel Reizbarkeit. Das Geblüt wird stärker herumgetrieben, und ist immer in einer fieberhaften Wallung; seine natürliche Beschaffenheit, der Balsam des Lebens, wird nicht unterhalten, da die Verdauungskräfte, so wie alle übrige Verrichtungen des Körpers in Unordnung gerathen; Schärfe kömmt in die Säfte, die wieder ihre neue Krankheiten macht. Und so wird die Natur selbst die Handlangerinn der Krankheit, da sie der Gesundheit ihre Gehülfinn nicht mehr seyn kann.

Der Mensch, indessen in seine Arbeiten verwickelt, fühlt freilich das nagende Gift im Körper;

doch

doch oft durch scheinende Hoffnung, oder den guten Erfolg seiner Verrichtungen betäubt, oft selbst von neuen Ausschweifungen trunken, fühlt sich zuweilen ganz leidentlich, hat oft wohl ganz gute, heitere Augenblicke, und schreibt dann das vorige Kränkeln einem andern Zufalle zu, bis er den Rausch verschlafen hat. Nicht selten sogar glaubt er, die Wallung sey Vollblütigkeit, läßt sich tüchtig zur Ader, und hülft so der tödtenden Krankheit, daß sie sich noch tiefer eingräbt, bis endlich dieselbe durch's Fortgehen angewachsen ist, und in volle Stärke ausbricht. Doch auch da bleibt öfters noch der Irrthum, und man kurirt an Zufällen, die nur die Sprossen der ersten Krankheit sind, und die, wie die Köpfe der Hydra, stäts doppelt anwachsen.

Dieß ist die Krankheit, die itzt so gemein geworden ist, und deren Ursprung eben so verschieden ist, als es ihre Zufälle sind. Nervenschwäche und Krämpfe — Hätte ich nur ein Wort, diese beede Ideen an einander zu ketten — Nervenschwäche und Krämpfe find' ich hier überall, als die erste Quelle aller Zufälle, so wie ich auch die zerstörende Wirkung der äußern Ursache bloß auf die Nerven angesetzt finde.

Freilich erfordern die verschiedenen Untergattungen eine besondere Rücksicht: bald muß

man mehr, bald weniger stärkende Mittel geben; bei diesem sind Mittelsalze, beim andern Seifenmittel, und zuweilen selbst Aderlässe nöthig; dieser muß mehr Getränke, der andere mehr Nahrung haben; hier sind Mutterkrampfmittel und da sind Geister erforderlich u. s. w. Aber so unentbehrlich dieses alles auch zur Hauptkur der Krankheit ist, so wird doch dadurch der widernatürliche Karakter der Nerven nicht verändert, welcher die Quelle der ganzen Krankheit ist, die nur nach Verschiedenheit der übrigen Umstände überhaupt verschiedentlich modesizirt werden.

Schwäche und zu starke Empfindlichkeit sitzt einmal tief in den Nerven eingedrückt, die sich durch keine Eisenmittel, durch keine Chinarinde allein heraustreiben lassen. Jede Fleischfiber bekömmt dadurch dieselbe Veränderung. Schwäche und zu starke Reißbarkeit! Dieß ist der Hauptkarakter der Krankheit, der Pol, wornach sich alles richtet.

Solch ein Mittel also, das dem ganzen Körper seine physische Stärke vermehrt, das jede Fiber anzieht, jedem Gefässe lebhafte Stärke giebt, daß es sich kräftiger zusammenziehe; das auf diese Art das Geblüt stärker herumgehen macht, und doch

zu-

zugleich ihm das wallende Feuer benimmt a), solch ein Mittel ist also das, was wider die Hauptkrankheit das paßendste und kräftigste ist.

Wenn also dieses Mittel Nutzen bringen soll, so muß es von der Art seyn, daß es leicht und allgemein gebraucht werden könne. Es muß für jedes Alter, jeden Stand, jede Constitution der Menschen angemessen und zuträglich seyn. Es muß ein Mittel seyn, das nicht in der Apotheke gesucht werden muß, sondern dessen Anwendung den Anstrich der Gözlichkeit hat; es muß endlich so verwebt in die Erziehung, und in die Gewohnheit werden, daß es allen Anschein eines Arzneimittels verliert, und mit unter die täglichen gewöhnlichen Leibesübungen gerechnet werde.

Von so einem Mittel läßt sich nach und nach eine allgemeine Aufnahme mit Wahrscheinlichkeit erwarten, wodurch der Endzweck, der zur Tilgung der allgemein gewordenen Schwäche führen soll, erreicht wird.

a) Jeder Arzt kennt die Versuche eines Percival, Hewson und Moscati. Ich brauche mich also hier nicht weiter auszudehnen.

Es versteht sich von selbst, daß alle die üblen Gewohnheiten in der Erziehung, daß alle die Unordnungen im übrigen Leben, welche in dem vorigen Abschnitte geschildert worden, gemindert, gebessert, abgeschafft werden, und man, wenigstens soviel es nach den Umständen thunlich ist, alles entferne, was den Körper schwächen, und ihm die Stärke benehmen kann, die sein ursprünglicher Bau von selbst geben würde.

Drit-

Dritter Abschnitt.

Von dem Nutzen des kalten Bades, als des einzigen Mittels in dieser Rücksicht.

Aus dem Vorhergehenden erhellet, daß dasjenige Mittel, welches zur Ausrottung einer herrschenden Kränklichkeit und Schwäche angewendet werden solle, stärkend seyn müsse. Unter der Klasse der stärkenden Mittel muß daher eins gesucht werden, was diesem Entzwecke entsprechen soll. Alle sogenannte stärkende Mittel aber, was sie immer für Namen haben, beziehen sich auf folgende vier Klassen: sie stärken erstens, indem sie die schlaffen Fasern zusammenziehen; oder zweitens, der zu trocknen Fiber Nahrung geben; oder drittens, indem sie die Nerven fühlbarer, oder endlich viertens, die Fleischfasern reißbarer machen. a)

Die stärkenden Mittel der beiden letztern Klassen hat man nun in der Krankheit, wovon hier die

a) J. R. Spielmann. Mat. med. c. 5.

die Rede ist, nicht nöthig, da gerade das Gegentheil davon einen Haupttheil der Krankheit mit ausmacht. Auch fehlt's an guter Nahrung bei den meisten dieser Kranken nicht. Das also allein, was zusammenzieht, ist dasjenige stärkende Mittel, was in dieser Krankheit erfordert wird.

Daher haben sich alle bittere Mittel und ihre Extrakte, besonders aber die Eisenmittel und die Chinarinde in dieser Krankheit so grossen Ruhm erworben. Aber immer ist man gezwungen, diese Mittel einzuschränken, und der erste Gedanke nach der Herzählung ihrer guten Wirkungen ist die Einschränkung, daß man sie nie, wenigstens nie allein geben solle, wo grosse Wallungen des Geblüts und wo Verstopfungen im Unterleibe vermuthet werden müssen. Denn da diese Mittel natürlicher Weise im Magen und in den ersten Wegen ihre ersten und thätigsten Kräfte ausüben, weil sie da noch in ihrer ganzen Masse beisammen sind, so ziehen sie die Oeffnungen der verstopften und verhärteten Drüsen völlig zusammen, die daherum in der Nähe sind, und machen auf diese Art die Krankheit, anstatt sie zu heben, noch tiefer einwurzeln.

Nebst diesem, da sie ihre Kräfte nach ihrer körperlichen Masse ausüben, diese aber in kleinern Theilen immer abnimmt, so ist auch zu denken, daß,

wo

wo ein Quentchen Pulver in dem ganzen Körper ausgetheilt werden solle, dasselbe nie die Kraft beibehalten könne, die es auf der Zunge ausübte, da es noch beisammen war. Das meiste aber, was ihrem Nutzen und ihren guten Wirkungen im Wege steht, sind die Wallungen des Geblütes, die sich bei dem größten Theile dieser Kranken einfinden. Bis hieher wußte man sich nicht in dieses Phänomen zu schicken, das so oft bei einer Krankheit ist, die doch bloß von Schwäche herrührt. Man war überzeugt, daß bloß stärkende Mittel in dieser Krankheit die einzigen Rettungsmittel seyn müssen, und sah doch täglich die schönsten Wirkungen vom kühlen und hitzedämpfenden Verhalten. Mit der Benennung: falsche Hitze und Rarefaktion des Geblüts ließ sich auch nicht alles abthun; man sah, daß es wirkliche Hitze, wirkliche Entzündungshitze war, die bei diesen Kranken oft die tödtlichsten Entzündungen verursachte. Dies machte, daß sich viele Aerzte einen andern Plan machten, andere das kühle Verhalten mit dem stärkenden vereinigten, und andere wieder Distinktionen machten. Besser konnte man sich nicht helfen in einer Sache, die beim nähern Betrachten sich in Dunkelheit verlor, und verwirrte Begriffe machte.

Nun aber haben die meisten Versuche, die man über die Hitze des Geblütes und besonders der

Ent-

Entzündungshitze gemacht hat, auf einmal die Decke weggezogen. Wir wissen itzt, daß die Hitze des Blutes nicht von dessen Dichtigkeit abhange; a) im Gegentheil, daß eben diese Hitze, wenn sie in grösserer Menge im Geblüt ist, dasselbe dünner und flüssiger mache; daß also im schwächlichsten Körper und bei dem dünnesten Blute die Hitze grösser seyn könne b), als bei dem stärkesten Menschen; daß es daher leicht geschehen könne, bei guter Nahrung und reitzbaren Nerven grosse Hitze und Wallungen des Geblüts zu haben, obschon der Körper sehr schlapp und schwächlich ist.

Auf einmal hellen sich itzt unsere Begriffe auf: man sieht, daß es hier hauptsächlich auf zweierlei Kurarten ankomme: die Wallungen des Geblütes zu dämpfen, und die Schwäche des Körpers zu stärken; nie darf das eine ohne das andere vorgenommen werden. Nicht die Vollblütigkeit macht diese Wallungen, sondern die grössere Menge der innern Hitze. Aderlässe helfen nichts, im Gegentheil sie schwächen noch mehr: und ob sie schon augen-

---

a) Man sehe die verschiedenen Erfahrungen, so man mit der entzündbaren Luft gemacht hat, besonders Hewson.

b) Peter Moscati, neue Beobachtungen und Versuche über das Blut und den Ursprung der Wärme.

augenblicklich einige Linderung verschaffen, so legen sie durch eben diese Schwächung den Grund zu grössern Krankheiten. Selbst die Entzündungshaut auf der Oberfläche des Blutes darf den Irrthum nicht verschönern. Diese wird kommen, so lang ein Tropfen Blut im Körper ist; sie ist bloß ein Zeichen der grössern Hitze, und selbst ein Kind der Dünnheit des Geblütes. a)

Bloß stärkende Mittel hingegen, wenn sie allein genommen werden, können durch das stärkere Zusammenziehen der Gefäße das Blut heftiger herumgehen machen, und die Wallungen auf diese Art vermehren, die einen grossen Theil der Krankheit mit ausmachen. Wenigstens wird dadurch die innere Hitze nicht gedämpfet, die die erste Sorge des Arztes in dieser Krankheit seyn muß.

Solch ein Stärkungsmittel also, daß die Gefäße zusammenzieht, ohne die Wallungen des Geblüts zu vermehren, das gleich wirkend auf den ganzen Körper, jede Fiber anzieht, jedem Gefäße gleiche lebhafte Stärke giebt, und dadurch die natürliche Wärme vermehrt, welche das Leben des Kör-

a) Hewson, am ang. Orte. Moscati, a. a. O. Mit ihnen Weikard, vermischte medizinische Schriften.

Körpers ausmacht; das überall thunlich, in jedem Alter, in jedem Stande, in jeder Constitution anwendbar ist; und das endlich ganz leicht mit der Erziehung und mit der Sitte verwebt, selbst unter die Ergötzlichkeiten gemischt werden kann: solch ein Mittel ist einzig — das kalte Bad. Angegriffen von der Kälte des Wassers schrumpft jede Fiber der Haut zusammen; neues Leben, ungefühlt so lange durch die matte Schlappigkeit, dringt durch den ganzen Körper: Wärme und Munterkeit theilt sich durch alle Theile desselben aus, das Geblüt wird stärker zusammengepreßt, läuft mit mehr Kraft durch die Gefäße, treibt die trägen, stockenden Säfte vor sich weg, löset die Verstopfungen auf, die sich hie und da angesetzet haben, und bekömmt so seine natürliche Dichtigkeit und belebende Wärme wieder, die der Archäus, der Spiritus Rektor des Lebens ist.

Jedem Alter, iedem Stande und jeder Constitution des Menschen ist dieß Mittel zuträglich; beim zartesten Kinde kann man es mit der sichersten Zuversicht brauchen, und man sieht Wirkungen davon, die man von andern Mitteln lange Zeit vergebens gehofft hat. Ich selbst habe einige Kinder, die alle Anzeigen, ja schon einen starken Ansatz der englischen Krankheit hatten, bloß durch

kühl-

kühles Verhalten und kaltes Waschen vollkommen kurirt.

Schwache Kinder, deren ganzer Körper kaum einige Pfund wog, habe ich auf diese Art stark und gesund gemacht, indem ich sie täglich in kaltes Wasser setzen ließ, womit sie in ein Paar Tagen so bekannt wurden, daß sie sich freueten, wenn man sie um die gewöhnliche Stunde auszog, und sie plätschernd im Wasser spielen konnten.

Dies ist das kräftigste und beßte Mittel, den Fehler der Eltern wieder gut zu machen, und starke, gesunde Menschen dem Staate zu erziehen: nicht Arzneimittel, die den Magen der Kinder verderben, und die, wenn sie auch zuweilen eine Hülfe verschaffen, die traurige Gewohnheit nach sich lassen, daß man sie hernach immerfort brauchen muß. Nichts stärkt wirksamer die schwache und schlappe Fiber, sagt Huxham, als der Gebrauch der kalten Bäder. Dadurch werden oft die schwachen, schlappen und misgewachsenen Kinder beinahe auf eine wunderbare Art schnell hergestellt. a)

a) Huxham. Op. physic. medic. T. II. p. 39. Lipf. 1767.

Wenige Tage nach der Geburt, räth Tissot, soll man schon anfangen, die Kinder mit kaltem Wasser zu waschen, so wie es vom Brunnen gebracht wird, das stärkt außerordentlich; er sagt, daß die englische Krankheit, die Verstopfungen, die Hautkrankheiten und die bei den Kindern so gewöhnlichen Fieber durch das kalte Bad am beßten verhütet werden, ja daß das bisherige Sterben so vieler Kinder gewiß sich mindern würde, wenn das kalte Baden derselben allgemein wurde. a) So versichert uns Mackenzie, daß eben durch's kalte Baden die Kinder stärker und munterer werden, ihre Wärme sich mehre, die Skropheln und der Husten am beßten verhütet werden. b) Die Indianer erhalten, nach Fürstenau's Versicherung, bloß durch's kalte Baden ihre Kinder so gesund, daß man unter ihnen keine schielende, noch hinkende oder krumme Leute zu sehen bekömmt. c) Ja wenn ich meine eigene Kinder als Zeugniß hier anführen darf, so bin ich gewiß, daß jeder bei ihrem Anblick vom Nutzen des kalten Waschens vollkommen überführt werde, ohne fremder Zeugniße bedürftig zu seyn.

Man

---

a) Tissot Avis au peuple. §. 40.

b) Geschichte der Gesundheit. Seite 166.

c) De Medicina Indorum Vol. VI.

Man sage nicht, daß es für das Kind zu hart sey, im kalten Wasser zu sitzen; man versuche es nur, und man wird sich vom Gegentheil überführen. Nur im Anfange kann man laulichtes Wasser nehmen, und wie das Kind im Wasser sitzt, schütte man immer mehr und mehr kaltes Wasser nach, in ein Paar Tagen wird es lachend ins ganz kalte Wasser gehen. Daß die Kinder durch's kalte Wasser klein bleiben, ist eine ungegründete Furcht. Man sehe nur einen holländischen oder englischen Bootsknecht an, der im Schwimmen beinahe auf die Welt gekommen ist; vier unserer Herrchen kriegt man aus einem solchen Kerl, und dann bleibt doch noch ein Bootsknecht übrig. Die Einwohner der Inseln, so Cook auf seiner Fahrt in der Südsee entdeckte, schienen den Engländern Riesen zu seyn, so groß waren sie, und doch hatten viele davon nicht einmal einige Kenntniß vom Feuer und warmen Wasser. Locke, dessen Lehre über die Erziehung der Kinder allein genug wäre, sein Andenken zu verewigen, dringt auf nichts so sehr, als auf das kalte Baden der Kinder, um dadurch dem Körper jene Stärke und dauerhafte Gesundheit zu geben, die er voraussetzt, um eine grosse Seele in ihnen zu bilden.

Und eben durch das Gemeinmachen mit dem kalten Wasser bewahrt er sie vor Flüssen, Ka-

tarrhen und den übrigen Krankheiten, die durch die geringste Veränderung der Luft, das bloße Naßwerden der Füße bei verzärtelten Leuten entstehen. a) Gehen wir die Geschichte der Nationen durch, die durch die Stärke und Größe ihres Körpers sich von den andern unterschieden, so findet man bei allen, daß sie ihre zartesten Kinder in den Flüssen badeten, selbst im rauhesten Winter das Eis zerbrachen, und ihre Kinder ins kalte Wasser hielten. Dies macht starke, dauerhafte Körper, die auch dem heftigsten Sturme äußerer schädlicher Eindrücke Trotz bieten.

Etwas muß ich hier aus einem trefflichen Werke b) hersetzen, was sich ganz auf das Zuvorgesagte bezieht: "Kinder, welche am zärtlichsten gebohren sind, haben am meisten nöthig, im kalten Wasser gebadet zu werden. Ich hab deren gesehen, (sagt der Verfasser) die mit acht Monaten zur Welt kamen, und zehn Monate nach der Geburt schon gehen konnten. Man hatte sie in der freien Luft erzogen, und mit kaltem Wasser gewaschen. — Die Mädchen haben Stärke so nöthig, als die Knaben

---

a) Locke some thaugths on education.

b) Unterricht an die Mütter, die ihre Kinder säugen wollen.

ben. Sie brauchen sie, um die Schwangerschaften und Kindbetten zu ertragen, starke Kinder auf die Welt zu bringen, und sie wohl zu säugen. — Was für eine vermaledeite Erfindung mit den Schnürbrüsten, in welchen man die schwachen Werkzeuge auf die Folter spannt! Will man noch immer die Gestalt, die man hat, durch die, welche man erlangt, verderben? — Man sagt, daß viele an den Zähnen sterben, ꝛc.: Freilich, weil die Art, wie man sie besorgt, sie außer Stand setzt, diese Arbeit der Natur zu überstehen. — Andere Frauen sagen, daß sie zu zart seyn, ihre Kinder zu säugen; gut, so säugen sie denn, daß sie ihre Gesundheit wieder herstellen. Das ist das beßte Mittel: das Kind wird ihr Arzt seyn.„

Je zärtlicher die Kinder gehalten werden, desto empfindlicher und schwächer werden sie; der Keim der Nervenschwäche, den sie schon mit auf die Welt gebracht haben, bekömmt dadurch desto mehr Nahrung, und faßt tiefere Wurzeln, die dann in den folgenden Jahren desto schwerer auszurotten sind. a) Harthalten ist eine Gutthat für sie. b) So kannte

---

a) Tissot essay sur les maladies des gens de monde. Man sehe den ganzen zehnten Artikel.

b) Joh. Gottl. Krügers Diät oder Lebensordnung 1763. S. 32. u. w.

ich ein Mädchen, das ungefähr drei Jahre alt war, und sehr zärtlich gehalten wurde. Sie kränkelte immer, endlich bekam sie ein tägliches abzehrendes Fieber. Die beßten Mittel, so ich ihr gab, halfen nichts; zulezt gab ich wahre Mutterkrampfmittel: auf diese blieb gleich das Fieber aus, und das Mädchen ward völlig gesund. Doch blieb es immer schwächlich, und das geringste, bloß ein ernsthaftes Gesicht, konnt' es in ein Fieber, oder eine andere Krankheit stürzen, und dann mußte ich wieder meine Krampfmittel hergeben, um sie gesund zu machen. Endlich änderten sich die Umstände, das Kind kam unter strengere Hände, es bekam seine Prügel, wenn's etwas nicht recht machte, konnte aber auch dafür brav herumspringen und laufen: und itzt weiß es von keinem Kränkeln mehr, und ist recht gesund und wohl.

Man kann die Kinder lernen lassen, ihnen Wissenschaften und Kenntnisse beibringen, ohne ihren Körper zu schwächen; nur muß man immer denken, daß man den Körper desto stärker und härter machen muß, je mehr man sie zu Wissenschaften anhalten will. Dies thun nicht Arzneimittel, ihre Lebensart muß dies wirken. Man muß sie nur früh aufstehen, früh schlafengehen, bei jedem Wetter ausgehen und herumspringen lassen, sie mit der Kälte gemein machen, ihnen alles zu essen geben, was sich nur ziemlich verdauen läßt, und öfter in

kal-

kaltem Wasser baden lassen. Die Eleven zu Stutgard, sagt der Verfasser des philosophischen Arztes, müssen im Sommer fleissig baden. Dies hält sauber und stärkt den Körper. a) Es benimmt die allzugrosse Empfindlichkeit, öffnet die Gefässe zur freiern Ausdünstung, und härtet den Körper ab, daß er nicht so leicht von jeder Abwechslung der Luft unangenehme Wirkungen hat.

Die Römer machten das kalte Baden zu dem ersten Gesetze der Erziehung. Nicht schwimmen können war bei ihnen eine eben so grosse Schande, als wenn man nicht schreiben konnte. Und dies war das Volk, das die größten Eroberungen machte, die die Geschichte aufweisen kann; das beim Pflug seinen Feldherrn suchte, und dessen Männer eben so groß im Kriege, wie in den Wissenschaften, im Senat so groß, wie in der Schlacht waren.

So wie das kalte Bad dem Kinde zuträglich ist, um einen starken Körper zu erlangen; eben so ist es in den mannbaren Jahren um so nöthiger, da die natürliche Stärke in diesen durch so mancherlei Ursache geschwächt worden ist. Die kalten Bäder sind daher das einzige Mittel, dem

a) Weikardt, vermischte medizinische Schriften. S. 66.

Jünglinge seine Kräfte wieder zu geben, die er durch die Ausschweifungen verschwendet hat; sie geben ihm das jugendliche Feuer, die Leichtigkeit des Geistes wieder, die nur bei der Stärke des Körpers zu finden ist. a)

Dem Gelehrten richten sie seinen matten Geist wieder auf, daß er Kraft sammle, seine Arbeiten fortzusetzen, die er im überspannten Eifer des Nachdenkens zugesetzt hat, und geben dem Körper Kraft, daß er die Säfte stärker herumtreibe, die durch das Sitzen träge geworden, und in den kleinsten Gefässen Ansätze der Verstopfungen gemacht hatten. b) Ich muß es ganz hersetzen, was Tissot bei dieser Gelegenheit sagt: "Wenn die Gesundheit noch nicht gänzlich zu Grunde gerichtet worden ist, und nur im Magen und in den Nerven die Schwäche sich äussert, und die Gelehrten an histerischen Uibeln, wie oft geschieht, krank liegen, am Schwindel nämlich, Ohnmachten, Beängstigungen und Erstickungen, dann muß man sie, wie die Weiber, an der Schwächlichkeit und histerischen

---

a) Floyer ψυχρουλουσια or the history of cold bathing, p. 291. Wilh. Cullen First Lines of practice and physik, 1779.

b) Raymond Differt. sur le bain aqueux simple, 1756. Floyer a. a. O. Hahn und andere mehr.

schen Nervenbeweglichkeit kuriren: mit bittern Mitteln, mit auflösenden Summitteln (Gummi ferulaceis) Myrrhen, Eisen und kalten Bädern. Der öftere Gebrauch der letztern erhält eine dauerhafte Gesundheit, und vertreibt das Kränkeln. Denn vor allen Mitteln, wenn nur nicht die äusserste Schwäche da ist, stützen diese die Kräfte des Magens, bringen den ruhigen Schlaf wieder, erheitern den Geist, und geben neue Kräfte, um die Arbeiten zu verrichten. Deswegen hielten die Alten so viel darauf, daß sie, wenn sie auch mitten in den ernsthaftesten Geschäften verwickelt waren, dennoch nicht ermangelten, sich täglich zu baden. Daß dieses die Gelehrten auch öfters thun sollen, dieß rathe ich nicht allein; sondern ich bitte sie auch darum. Ich weiß zwar, die Alten brauchten auch öfters warme Bäder, aber sie brauchten sie nur als ein Mittel in der Müdigkeit nach starken Bewegungen und Leibesübungen; wo sie denn bei beschäftigten Leuten nützlich sind. Aber um die Kräfte zu erholen, brauchten sie kalte Bäder.

Für weiche Leute sind die kalten Bäder von größtem Nutzen. Und diesen schaden die warmen Bäder, obzwar nicht immer, doch meistens, eben so sehr, als ihnen jene nutzen. „ a)

Nir-

a) Tissot de morbis litteratorum oratio inauguralis.

Nirgends wird es mir schwerer halten, eine härtere Erziehung und besonders das kalte Baden einzurathen, als bei dem andern Geschlecht; da es vielen wider die gesunde Vernunft vorkommen wird, das schwache Geschöpf ins kalte Wasser zu stecken, und nirgends ist es doch nöthiger, als gerade hier, da es kein besseres Mittel giebt, ihnen die Gesundheit und Stärke in dem vollen Maaß wieder zu geben, wodurch sie heitere Mädchen und glückliche Mütter werden sollen; kein besseres Mittel sie von allen dem Kränkeln und von allen den Krankheiten zu bewahren und zu befreien, denen sie auf so vielerlei Art ausgesetzt sind a); ja kein besseres Mittel, ihre frische Farbe und Schönheit zu erhalten, als eben die kalten Bäder.

Betrachte man nur die englischen oder irländischen Damen, denen jeder Kenner das Zeugniß der größten und dauerhaftesten Schönheit zugesteht; diese haben sich's zur Gewohnheit gemacht, sich fleissig im fliessenden Wasser zu baden. Ich selbst habe eine englische Dame vom ersten Range sich lachend ins Wasser hineinstürzen sehen; ohne Hülfe kletterte sie von selbst, wie der beßte Bootsmann,

am

a) Traité de vapeurs par Mfr. Pomme. Lyon 1767. Tiffot Effay sur les maladies des gens de monde. Floyer a. a. O. u. s. w.

am Seile wieder herauf aus dem Wasser, frisch und munter mit verdoppelter Blüthe ihrer Wangen.

Daß man sich doch immer so schwer zu etwas entschließt, das nur den Schein einiger Härte an sich hat; wenn es auch sogar die platte und gesunde Vernunft für's beßte und nützlichste anräth. Wenn nur die Damen in sich giengen, ihr ewiges, immerwährendes Kränkeln und ihre schwächliche Gesundheit betrachteten, die der mindeste Wind, wie die Blüthen von den Bäumen wegwehen kann; selbst die Unbequemlichkeiten bedächten, die ihnen alle die Krankheiten verursachen, die bloß eine Folge der Schwäche, bloß eine Folge der Verzärtlung sind, so sollten sie sich ja durch nichts abschrecken lassen, ein Mittel zu versuchen, das einfach und unschuldig ist, und ihnen so frisches und gesundes Blut giebt, das sich durch keine Schminke annahlen läßt. a)

Griechenland und Rom können uns immer zum Muster dienen. So wie sie in ihrer blühenden Epoche Männer sahen, die die höchsten Stuffen der menschlichen Kräfte erstiegen, so hatten sie auch Mädchen und Weiber von der ersten Vollkommenheit. Aria, Livia, Arthemesia — wer will sie alle

a) Hahn a. a. O. Seite 71. u. f.

alle nennen, die grossen Weiber, die sich durch die Reitze ihres Körpers, die Stärke ihres Geistes eben so, als durch das kraftvolle männliche Beharren in ihren Entschließungen unsterblich gemacht haben. Und da war es zum Gesetze geworden, im fliessenden Wasser sich oft zu baden. Die nicht reich genug waren, es in ihren eigenen Häusern und Gärten thun zu können, badeten sich in Flüssen öffentlich; auch Grose hat dieß in Persien gesehen, wo Frauen vom ersten Range sich ohne Scheu öffentlich in Flüssen baden. a)

Den Gesetzen zufolge, schreibt Temple Stanyan, die Lycurg den Lacedemoniern gegeben hatte, wurden die Mädchen so, wie die Knaben erzogen; man hatte keine Rücksicht auf die Schwäche ihres Geschlechts. Sie waren nackend, und ihre Uibungen waren öffentlich; man fand darin weder Unanständigkeit noch Gefahr für die Sitten. Diesem Theil der Erziehung hatten sie auch jene Gröffe der Seele und jenes Gefühl der Ehre zu danken, die in der Antwort der Gorgo, Gemahlin des Leonides, hervorleuchtet. Einige fremde Damen frugen sie: warum unter allen Weibern des Erdbodens die ein-

a) Voyage aux Indes orientales p. J. H. Grose, 1758. p. 177.

einzigen Lacedemonierinnen einige Macht über ihre Männer hätten? Das kommt daher, antwortete sie lebhaft, weil sie die einzigen sind, die mit Männern umzugehen wissen. a)

Bei den Juden gehörte es zur Religion, daß sich die Mädchen und Weiber zu gewissen Zeiten in Flüssen baden mußten. b) So führen auch die Reisende an, daß die ägyptischen Weiber sich noch immer in dem aufschwellenden Nilfluß baden, und gerade um diese Zeit, im Monat Juli und August, werden auch die dasigen Weiber meistens schwanger. c)

Auch den alten Leuten ist das kalte Bad sehr nützlich, um ein munteres und gesundes Alter zu erhalten. Die Steifigkeit, die dem Alter eigen ist, wird eben durch die Erfrischung des kalten Bades biegsamer, und der träge Umlauf des Bluts belebter, wodurch die Verstopfungen aufgelöst, und die kleinen Kanäle, die zuwachsen wollen, wieder eröffnet werden. Durch eben diesen stärkern Trieb des

Bluts,

---

a) Histoire de Grece, traduit de l'anglois par Mfr. Temple Stanyan, 1744. T. I. Lycurge.

b) Man sehe das Buch der Leviten.

c) Lucas voyag. en Egypte, p. 244.

Bluts bekommen auch die übrigen Säfte eine lebhaftere Bewegung, welche zuvor langsamer fortgehend in die engern Kanäle zuletzt nicht mehr hineingiengen, und so den Anlaß zu der Verknöcherung gaben, die man bei sehr alten Leuten oft antrifft.

Die englische Geschichte weist uns einen Mann auf, der 169 Jahre alt geworden; er starb im Jahre 1670, und wußte sich noch ganz gut zu erinnern, als König Heinrich der Achte in Frankreich war. Dieser Mann, nachdem er das hunderte Jahr überlebet hatte, war gewohnt, sich im Flusse öfters zu baden. a)

Die Furcht vor dem steif werden ist also ungegründet. Wenn das Alter steif macht, so ist es der Mangel an Kräften, die Ausdorrung von dem wenigen Vorrath an Lebenskräften, wie wir es täglich bei den erschöpften jungen Leuten sehen können, die gewiß nicht vor Alter so steif und gebückt daher gehen, wie achtzigjährige Greise. Nebst dem macht das kalte Wasser die Haut nur in so weit hart, als es zu einer gleichen Ausdehnung seyn muß. Plinius sagt daher, daß das kalte Bad eine feste und fleischige Haut mache b) Diejenigen,

sagt

a) Camdenus in Britan. angl. p. 920.

b) Plinius hist. nat.

sagt Agathinus, ein großer römischer Arzt a), die, welche die kurze Zeit ihres Lebens in guter Gesundheit zuzubringen wünschen, müßen oft das kalte Bad brauchen. Es ist über allen Ausdruck, wie viel Gutes man vom kalten Bade erhält; denn all diejenigen, so es brauchen, wenn sie auch schon von dem Alter ihrer Jahre meistens aufgezehrt sind, erhalten dennoch dadurch ein starkes Fleisch und eine blühende Gesichtsfarbe, sind noch recht hurtig, und voll Kräfte, haben ihre Eßlust und Verdauung recht gut und stark, ihre Sinnen vollkommen und exakt; mit einem Wort: alle ihre natürliche Verrichtungen gehen vortrefflich von statten.

Ich will nichts von den Thieren sagen, die aus bloßem Instinkt im kalten Wasser sich baden, und selbst in vielen Krankheiten auf diese Art ihre Gesundheit wieder erlangen. Der zarte Kanarienvogel flattert im Wasser herum, und kurirt sich

so

a) Oribasii Sardiani Eunapium J. B. Rosario interprete. Basileae 1557. Tom. II. c. 7. p. 440. Ex Agathino.

so von den Zuckungen, denen er oft unterworfen ist. So sah auch Floyer einen Schooßhund, sich durch das Schwimmen vollkommen von den Sichtern befreien, welchen er lange Zeit unterworfen gewesen. a) Von den jungen Schweinen sagt Aelian, daß sie heftige Zuckungen bekämen, wenn sie von ungefähr ans Bilsenkraut gerathen, und davon eßen, sich aber gleich wieder davon kuriren, indem sie in den nächsten beßten Bach, oder sonstiges Waßer hineingehen, und eine Zeitlang darin herumschwimmen b). Eben so ist auch das Waßer den Hirschen die beßte Stärkung. Selbst unsere Kutscher wißen es, wie gut das kalte Waßer den müden Pferden thut, und wie sehr es ihre Füße stärke. Uiberhaupt bei jedem Vieh ist der allgemeine Instinkt, den Sommer hindurch ins kalte Waßer zu gehen; nur der gesittete Mensch allein, der König der Natur, frägt erst seine Weichlichkeit, ob ihm der Instinkt auch schaden könne.

Dieß zusammen genommen, wird man sich leicht überführen können, daß dieses Mittel vor allen andern stärkenden das vorzüglichste sey, da es

auf

---

a) Floyer Hiftory of cold bathing.

b) Aelianus de natura animalium.

auf alle Fälle paßet, die bei der Schwäche des Körpers sich einzufinden pflegen, besonders wenn man zugleich innerlich diejenigen Mittel giebt, die nach der Lage und dem Gang der Krankheit erfordert werden. Auflösen und Hitze dämpfen ist immer das erste, was man innerlich zu thun hat. Nachher erst sind die zusammenziehenden Mittel von guter Wirkung. Dieß Mittel aber kann gleich nach einigen Tagen gebraucht werden, wo nicht innerliche Hauptfehler, wie z. B. Eiterungen in den Eingeweiden, große Verhärtungen u. s. w. der Krankheit eine andere Gestalt gegeben haben.

Ehe ich diesen Abschnitt schließe, muß ich zuvor dasjenige hier ganz einrücken, was der um die Erziehung der Jugend sehr verdiente Stuve von dem Gebrauche der kalten Bäder schreibt. Hier sind seine eigene Worte: a) "Das Baden habe ich zwar schon als eines sehr nöthigen und heilsamen Reinigungsmittels und das Schwimmen als eine nützliche Art der Bewegung erwähnt: aber ich muß hier noch von der Wichtigkeit des kalten Bades für die Gesundheitserhaltung und Körperstärkung besonders reden.

a) Campe, allgemeine Revision des Schul- und Erziehungswesens. Erster Th. 435 Seite.

Das kalte Bad ziehet, vermöge seiner Kälte, die festen und flüßigen Theile des Körpers zusammen, stärkt dadurch die ersten, und verdichtet die letztern; verengt die Gefäße der Haut; treibt das Blut mit Gewalt zu den innern Theilen und dem Herzen. Das Herz stößt alsdann das Blut mit verstärkter und erhöhter Kraft, vermittelst seiner natürlichen Reißbarkeit, in die äußern Theile zurück. Dadurch wird der Umlauf der Säfte lebhafter und regelmäßiger; jede Art der Absonderungen, insonderheit die unordentliche Ausdünstung vollkommener und freier; die Stockungen werden aufgelöset und vertheilt, die Säfte gereiniget; die natürliche Lebenswärme und das Verdauungsvermögen verstärkt; die Kraft, Blüthe, Farbe und Munterkeit des Körpers werden in einem merklichen Grad erhöhet. Das Blut erhält durch das Bad seine natürliche Dichtigkeit wieder, wenn es solche verloren; es wird des überflüßigen brennbaren Wesens, das flüchtige Hitze und aufzehrende Wallungen verursacht, beraubt. Vorzüglich werden die festen Theile, als Muskeln und Nerven, durch die zusammenziehende Kälte gestärkt. Insonderheit ist die vortheilhafteste Wirkung des kalten Bades auf die Nerven von augenscheinlicher Wichtigkeit. Die zu große Empfindlichkeit derselben, die allein eine Folge ihrer Schwäche ist,

kann

kann fast durch kein anderes Mittel geheilet werden. Das kalte Baden hebt sie wenigstens in vielen Fällen auf eine bewundernswürdige Art. Eben so werden dadurch Lähmungen und Schwäche des ganzen Körpers sowohl, als einzelner Gliedmaßen gehoben.

Aus allen diesen, durch Gründe und Erfahrungen ausgemachten Wirkungen des kalten Bades erhellet nun, was für ein wichtiges Heil- und Vorbeugungsmittel es gegen so mannigfaltige Krankheiten ist, die aus Schwäche, Stockungen und Verderbniß der Säfte entspringen, z. B. Schnupfen, Flußfieber, Gicht u. a. m. Es erhellet ferner daraus, wie wichtig es für Geistes- und Charakterstimmung ist, die von dem Zustande und der Beschaffenheit der Nerven und des Körpers so sehr abhängt. Alles, was die Nerven stärkt, macht Gedanken, Empfindungen, Triebe, Begierden, in sofern sie von der Organisation modefizirt werden, regelmäßiger; erhöhet und stärkt die Denkkraft, und macht die Seele freier, so daß sie mehr durch sich selbst und nach den, ihrer geistigen Natur eigenthümlichen Gesetzen als durch die Organe und äußern Eindrücke bestimmt wird. Das kalte Baden hat also unstreitig eben so-

wohl einen Einfluß auf die Erhöhung der geistigen und sittlichen Vollkommenheit und Glückseligkeit des Menschen, als auf sein Körperwohl.

So auffallend diese Behauptung vielleicht manchem, nicht tief schauenden Beurtheiler seyn mag, so gegründet und ausgemacht ist sie doch. Sie beruht nicht bloß auf die ganz einfachen Gründen, die von der Wirkung des kalten Bades auf die Stärkung der Nerven und von dem Einfluße und Zusammenhange der Nerven- und Geisteskraft und Stimmung hergenommen sind, sondern sie stützt sich auf Erfahrungen, die in allen Jahrhunderten bei ganzen Nationen und einzelnen Menschen sich bestättiget haben. Bei den Völkern des Alterthums, bei Griechen, Römern und Deutschen, die sich durch Körperstärke, so wie durch Geistesstärke, großen, festen Sinn, Heldenmuth und Tapferkeit ausgezeichnet haben, war das Baden eine herrschende Sitte und Gewohnheit.

So wie diese nebst den übrigen dem Körper zuträglichen Gewohnheiten und der ganzen natürlichen Lebensart allmählig aufhörten, versanken auch die Nationen in Weichlichkeit, Muthlosigkeit, schwa-

che,

che, kleine Denk- und Sinnesart und mannigfaltige Unsittlichkeit, als unausbleibliche Folgen der Schwäche des Geistes, die aus Körperschwäche entspringt. Unter manchen benachbarten Völkern, von denen das eine sich badet, das andere nicht, hat jenes unverkennbare Vorzüge der Körperstärke, des Muths und des frohen Sinnes. Man kann bei diesen Erscheinungen unstreitig noch andere mitwirkende Ursachen aufführen und angeben — dadurch wird aber das, was ich behauptet, nicht widerlegt. — Zumal da die Erscheinungen von einzelnen Menschen die Sache noch unverkennbarer und unläugbar machen. Man heilet nämlich durch das kalte Bad ganz Wahnsinnige, fast aller Denkkraft durch Nervenschwäche Beraubte. Man hat täglich Beispiele, daß die unempfindlichsten, verdrüßlichsten, zu stäter Veränderung und Unbeständigkeit geneigten Menschen den gehörigen Grad der Empfindlichkeit und eine feste, gesetzte Charakterstimmung dadurch erlangt haben.

Bedürfen die in diesem ganzen Abschnitte behaupteten Sätze einer andern Autorität, als der gefunden Vernunft und Erfahrung, so kann ich mich kühn auf das Zeugniß aller großen Aerzte und Erzieher aller Zeiten und aller aufgeklärten Nationen

beruffen. Sie sagen einmüthig, daß das kalte Bad jedem Alter, jedem Stande, jeder Körperkonstitution zuträglich sey, und die genannten guten Wirkungen habe, und daß es nur unter gewißen Umständen, die eine Ausnahme von der allgemeinen Regel machen, schade. Nur das blinde Vorurtheil, die Weichlichkeit und Bequemlichkeitsliebe unseres Zeitalters, die auch die Vernunft so oft zur Schwätzerin und Sophistin machen, sind dagegen. Man führt gar keine, oder doch nur seltsame Scheingründe an, die keiner Widerlegung werth sind. Ich will daher nur noch einige Vorsichtsregeln bei dem Gebrauche deßelben hinzusetzen.

Man muß den Körper allmählig an die Kälte des Waßers gewöhnen, und daher mit etwas lauen Bädern den Anfang machen, dann nach und nach zu ganz kalten übergehen. Wer daran gewöhnt ist, badet sich in der strengsten Winterkälte zwischen Eisschollen, überwindet die kleine Unannehmlichkeit, und fühlet sich dafür den ganzen Tag über munter und kräftiger, und von der Kälte der Luft weniger angefochten. In das eiskalte Waßer muß man sich nicht plötzlich mit dem ganzen Körper hineinstürzen, weil die fieberhafte Erschütterung und das Andringen des Blutes nach den innern Theilen dadurch zu

stark

ſtark wird. Man wäſcht zuvor Kopf, Hals, Bruſt, und ſenkt ſich allmählig nieder. Man muß auch nicht zu lange im Waßer verweilen, wenn es eiskalt iſt: ein Paar Minuten ſind hinlänglich. Am beßten richtet man ſich nach ſeiner Empfindung, und achtet darauf, wie es dem Körper bekömmt. Daß man vor dem Bade nicht erhitzt oder im Schweiß ſeyn darf, verſteht ſich von ſelbſt. — Zu kurz nach der Mahlzeit und wenn die Verdauung noch nicht vollendet iſt, iſt es undienlich und ſchädlich.

Den Kopf und das Geſicht während des Badens ſtark zu benetzen, muß nicht unterlaßen werden, weil das Blut ſonſt zu ſtark nach demſelben andringt.

Perſonen, die gar zu ſchwach ſind, Blut auswerfen, innere Geſchwüre oder eine zu große Steifigkeit der Faſern und krampfhafte Zufälle haben, und überhaupt in dem Zuſtande der Krankheit ſind, müßen im Gebrauche des kalten Bades ſehr vorſichtig ſeyn, wenigſtens nie ohne den Rath eines weiſen Arztes dazu ſchreiten. „

Doch nicht Vernunftschlüße allein reden für den Gebrauch der kalten Bäder; wir haben Data, die redendsten Data ihres allgemeinen Nutzens, zur Erhaltung der Gesundheit und ihrer besondern vorzüglichen Wirkung in vielen Krankheiten. Von den ältesten Zeiten her, von jedem Volke sind sie als das beßte, sicherste und allgemein stärkende Mittel gebraucht worden. Ihnen hatten manche Völker meistens ihre Stärke und dauerhafte Gesundheit zu verdanken, wodurch sie im Stande gesetzt wurden, Beschwerden zu übertragen, und Dinge zu thun, die uns unbegreiflich vorkommen. Die Geschichte der kalten Bäder, zu der ich nun übergehe, wird dieses noch deutlicher darthun. Wenn sie auch gleich nicht ganz vollständig ist, so enthält sie doch Thatsachen genug, um zu beweisen, daß die kalten Bäder nicht zu den neuen Modemitteln, und noch weniger zu den medicinischen Wageslücken gehören; ja, daß vielleicht kein Arzneimittel bei so vielen Nationen gebräuchlich gewesen, und von so vielen Aerzten angerathen, gebraucht und nützlich befunden worden sey, als sie.

Zweite Abtheilung.

Geschichte der kalten Bäder.

Erster Abschnitt.

Aeltere Geschichte der kalten Bäder.

Der Gebrauch der kalten Bäder ist beinahe so alt, als das Menschengeschlecht, und so allgemein, daß der Verfall derselben bei jedem Volke, wobei er Sitte war, immer nur als eine Ausnahme anzusehen ist, die eine Folge der Weichlichkeit war. Eine kurze Geschichte derselben soll dieses aus einander setzen.

Jeder Gebrauch, jede Erfindung, jede Sitte ist bei ihrem Ursprung einfach. Aus diesem Gesichtspunkt betrachtet, können die ersten Bäder keine andere, als kalte Bäder gewesen seyn; das heißt: die ersten Menschen wuschen sich in Bächen, und wadeten oder schwammen in Flüßen: und das waren ihre Bäder, die von ihren Nachkommen theils zu Religionszeremonien, theils zu förmlichen Arzneimitteln, theils durch Raffiniments zu Zweigen eines wohllüstigen Luxus gemacht wurden.

Die

Die ersten Spuren dieses Gebrauchs finden sich bei den Morgenländern, von denen derselbe zu den Abendländern übergieng. Bei den Aegyptiern erscheint er schon als Religionszeremonie. Da badeten sich die Priester allzeit im fließendem Waßer, ehe sie zum Opfer giengen; sie thaten dieß dreimal im Tage und zweimal in der Nacht, wenn's ein hohes Fest war. a) So sagt Apulejus von sich selbst b): "Hurtig steh ich des Morgens auf, und schüttle den trägen Schlaf von mir ab, geh dann, mich zu reinigen, ins Meer, und wenn ich mich siebenmal mit dem Kopfe unter das Waßer getaucht habe, geh ich frisch und fröhlich, der großen Göttin mein Gebet zu verrichten. „ Und an einem andern Orte sagt er: " Da es nun Zeit war, führte mich der Priester zum nächsten Bad, hier mußte ich zuerst auf gewöhnliche Art baden, dann besprengte mich der Priester, da er zuvor die Götter um Erlaubniß gebeten hatte, mit dem reinsten Waßer, und wusch mich ab. „ c)

Die

---

a) Herodoti Halicarnassei, Historiarum Libri IX. Lond. 1679. Lib. II. pag. 104. in Euterpe.

b) Lucii Apuleji Madaurensis, Platonis philosoph. Opera. Paris. 1688. Metamorphoseos Lib. II.

c) Ibid. Lib. XI.

Die Mädchen und Weiber mußten sich auch zu gewißen Zeiten in Flüßen baden. a) Die Töchter des Pharao giengen in den Nilfluß sich baden, um fruchtbar zu werden. In Meden waren zu Zeiten des Darius in allen Gärten Teiche zum Baden: in so einem badete sich die Susanna, als sie von den zwei Aeltesten überfallen wurde.

Pythagoras nahm diesen Gebrauch der ägyptischen Priester mit sich nach Griechenland. Er machte das kalte Baden zu einem seiner wichtigsten Gesetze, die er den Griechen gab: da er sich auch auf die Arznei geleget hatte, so empfahl er es aus doppelten Gründen, und legte auf diese Art den Grund zur Härte und Stärke des Körpers schon in der Jugend, woraus hernach die Bezwinger der Völker werden sollten. b)

Doch nicht zur bloßen Religionsübung allein diente in Aegypten das kalte Baden, man hatte auch beobachtet, daß es zur Gesundheit sehr dienlich, ja in vielen Krankheiten das beßte Mittel sey. Euripides, ein Gefährte des Plato, der mit ihm

die

---

a) Herodotus in Euterpe.

b) Diog. Laertii de vita et moribus philosoph. Lugd. Bat. 1560. Lib. VIII. pag. 481 & 494.

die Reise nach Aegypten gemacht hatte, wurde auf diese Art von den ägytischen Priestern kurirt: von ihm und dann von der täglichen Bestätigung der Kuren, so man mit dem Baden bewirkte, kam das griechische Sprüchwort: Das Meer wäscht alle Uibel der Menschen weg. a)

Moses hielt eben auch diesen Gebrauch der Patriarchen und ägyptischen Priester bei. Reinlichkeit und besonders das kalte Waschen war eines seiner Hauptgesetze. Alle, so todte Leiber, oder sonst was Unreines angerührt hatten; die Männer, wenn sie ihren Weibern beigewohnt; die Weiber, die ihre Reinigung gehabt, oder aus den Wochen aufstanden, wurden nicht eher in Gesellschaft eingelaßen, bis sie sich in ein fließendes Waßer eingetaucht hatten. b) Alle Aussätzige mußten ihre Gesundheit im fließenden Waßer wieder suchen. — Der Teich zu Bethesda war der Zufluchtsort aller Lahmen und Gebrechlichen, und sie wurden auch darin geheilt. Auf solche Weise wurde Naaman von seinem Aussatz befreit. Der Prophet ließ ihm sagen: er solle sich siebenmal in den Jordan baden. Er that es, und wurde dadurch

ganz-

---

a) Ibid. Lib. III. pag. 172.

b) Buch der Leviten.

gänzlich von dieser Krankheit geheilt. Alle ihre Proselyten tauchten sie nach der Beschneidung ins fließende Waßer. In feierlichen Zeiten, bei einem dringenden Gebete, an großen Bußtägen mußte man sich allzeit zuvor im fließenden Waßer baden. Die heilige Geschichte liefert allenthalben Beispiele dieses jüdischen Gebrauchs. Und noch heut zu Tage beobachten die frömmern Juden dieses Gesetz. Vor jedem Sabbath, vor jedem Festtage gehen sie zu einem Fluße hin, und baden sich darin.

Selbst in den dunkelsten Zeiten des Alterthums, obwohl uns davon nur hie und da noch einzelne Stücke erhalten worden, und sie sich meist ins Mystische verlieren, finden wir doch, daß der Gebrauch des kalten Waßers und Badens sehr üblich war. Da die Gefährten des Jasons auf ihrer Fahrt die Circe zum erstenmal sahen, war sie eben im Begriff, ihren Kopf mit kaltem Waßer zu waschen, um sich von den Träumen zu befreien, die sie die Nacht hindurch beunruhigten. Ja, wollte ich mich der Freiheit eines Gebelin in Erklärung der Allegorien der Alten bedienen, so würde ich sagen: Medeens Geheimniß, die alten Männer wieder jung zu machen, habe bloß darin bestanden, sie im kalten Waßer baden zu laßen, so habe sie auch dem alten Aeson seine Jugend wieder gegeben. Und der wahre Grund von Achills Unver-

leßbarkeit, die zu erklären, die Dichter Löwenmark und den Styx nöthig hatten, liegt bloß in einer kräftigen Nahrung, harter Auferziehung und öfterm Baden im kalten Waßer.

In Griechenland brauchte man das kalte Bad als das allgemeine Stärkungsmittel: jedes Kind, jeder Jüngling, jeder Bürger — alle mußten sich öfters baden. Eins ihrer ersten Geseße war das Abhärten der Kinder in der Jugend, sie mit Hiße und Kälte vertraut zu machen, und das öftere Baden in Flüßen. a) Ja es war eine ihrer Erlustigungen, sich in Flüßen zu baden. So berichtet Theocrit in seinen Idillen, daß sich 240 junge Mädchen zu gleicher Zeit in den Eurodischen Bächen wie die Männer gebadet und nachher gesalbet haben. b) Homer führt sehr oft das Baden seiner Helden an: so badete sich Ulisses nach überstandenem Schiffbruch auf Nausicaas Veranstaltung im Fluße. c) Ja man badete sich in der See, auch in der Absicht: die Nerven zu stärken. d)

Ihre

---

a) Histoire de Grece, traduit de l'anglois de Mfr. Temple Stanyan, 1774. T. I. Lycurgue.
b) Idyl. 97. v. 22.
c) Odyff. Lib. VI.
d) Athenei Lib. III. cap. 19.

Ihre Aerzte aber verordneten die kalten Bäder in vielen Krankheiten. In Lähmungen, hypochondrischen Uibeln und Rheumatismen empfahl Hippokrates das kalte Bad, als das beßte und vorzüglichste vor allen andern Mitteln. Der Körper, sagt er, wird warm und neu belebt nach dem Gebrauche des kalten Bades. — In Ausschlägen der Haut und in Hautgeschwüren ist das kalte Waschen dienlich. — Diejenigen, welche viel schwitzen, welche rheumatische Schmerzen leiden, bekommen durch das kalte Bad eine festere Haut, und verlieren ihre Schmerzen. — Oft, sagt er, habe das kalte Baden und Waschen in der Abzehrung, wo keine innerliche Geschwüre zugegen waren, die heilsamste Wirkung gethan. In Gliedergeschwülsten, in schmerzhaften Geschwüren, im Podagra und in Convulsionen sey das starke Aufgießen des kalten Waßers auf die leidende Theile von dem beßten Nutzen. a) Floyer hat im zweiten Briefe seiner Geschichte des kalten Badens, sehr viele Stellen angeführt, woraus erhellet, wie oft Hippocrates den Nutzen dieser kalten Bäder erfahren habe.

a) De liquid. usu. Op. select. IV. & Aphor. Sect. V. Aphor. 25. und an andern Orten mehr.

Bei den Lacedämoniern und Parthern war das kalte Baden in Flüßen zum strengsten Gesetze geworden. Die Kinder tauchten sie noch ganz roh von der Mutter weg ins fließende Waßer. Sie badeten sich Sommer und Winter in Flüßen, härteten auf diese Art ihren Körper ab, und erlangten dadurch jene kriegerische Stärke, wodurch sie sich bei allen ihren Nachbarn so furchtbar machten. a)

Bei den Macedoniern sah man die warmen Bäder als die ärgsten Werkzeuge der Wohllust an: nicht einmal eine Kindbetterin ließen sie warm baden, sondern sie mußte sich im kalten Waßer waschen. Ja die warmen Bäder waren bei ihnen so sehr verachtet, daß der König Philippus, Vater des Alexanders, einen großen Feldobersten auf der Stelle verabschiedete und aller seiner Würden entsetzte, weil er sich nur einmal warmer Bäder bedient hatte. b)

Von den Lusitaniern berichtet Strabo, daß die kalten Bäder bei ihnen sehr gebräuchlich gewesen.

---

a) Temple Stanyan Hist. de Grece, Lib. II.

b) Polyaeni Stratagematum Lib. VIII. Justo Vultejo interpr, Lngd. 1690. Lib. IV. c. 2, p. 311.

sen. a) Bei den alten Scythen, diesem Volke, das ganz Stärke und Gesundheit war, war das kalte Baden eins der ersten Gesetze: schon bei den zartesten Kindern fiengen sie dasselbe an, kein Frost, noch Kälte hielt sie davon ab. Auch mitten im kältesten Winter tauchten sie sie ins Waßer. Durch dieses erhielten sie, zum Theil die furchtbare Stärke, und dauerhafte Gesundheit, so sich durch keine Kälte, keine Veränderung des Wetters oder des Klima's — kurz durch nichts wankend machen ließ. Beinahe unbekleidet giengen sie in Frost und Kälte herum, ohne das geringste davon zu spüren; indeßen es den Griechen, bei denen die Weichlichkeit mit den verfeinerten Sitten schon eingezogen war, und das härtere Verhalten verdrängt hatte, bei dem bloßen Anblicke derselben schauderte. Wie kömmt es doch, rief einst ein Athenienser einem scythischen Philosophen zu, daß du so nacket in Kälte und rauher Witterung herumgehen kannst? Und wie kannst denn du, erwiederte der Scythe, so im Frost und Schnee gehen, ohne das Gesicht zu bedecken? Ja, das Gesicht, antwortete der Athenienser lächelnd, das habe ich daran gewöhnt. Nun so denke, versetzte der Scythe darauf, ich sey ganz Gesicht. b)

a) Strabo Lib. III.

b) Locke on Education.

Die alten Einwohner von Spanien, so wie auch die Spartaner durften sich anders nicht als kalt baden, das Gesetz verbot ihnen die warmen Bäder.

Daß das Waschen bei den alten Römern auch ein Theil des Gottesdienstes gewesen, kann man aus verschiedenen Stellen abnehmen. a) Aeneas wusch sich erst im Fluße ab, ehe er zum Opfer gieng. b) Daß sie sich aber sehr oft der kalten Bäder sowohl zur Stärkung des Körpers überhaupt, als auch in vielen Krankheiten bedient haben; dieß bezeugen alle ihre Schriftsteller. Viel älter war bei ihnen der Gebrauch kalter als warmer Bäder. Scipio der Afrikaner verbot ausdrücklich den Gebrauch der letztern in seinem Lager. c) Das Schwimmenlernen war eins ihrer Hauptstücke in der Erziehung. d) Daher ward es unter ihnen zum Sprüchwort, wenn sie einen ungezogenen Menschen

---

a) Persius.

b) Donec flumine vivo
—— —— abluero. Virgilius.
So sagt auch Juvenal:
Ter matutino Tyberi mergetur, & ipsis
Verticibus tumidum caput abluet.

c) Polyaeni Stratagematum. L. c. Lib. VIII. c. 15. pag. 720.

d) L. Meursius de fortuna attica Lib. singul. c. 8.

schen schildern wollten, daß sie sagten: Er hat weder schwimmen noch lesen gelernt. Virgil sagt von den alten Römern: sie waren ein abgehärtetes Volk von Geburt aus: sie trugen ihre Kinder ganz frisch von der Mutter weg zu den Flüßen, und härteten sie so durch Kälte und Waschen ab. a) Ja selbst in ihren verderbten Zeiten, wo der Gebrauch der warmen Bäder schon sehr eingerißen war, unterließen sie doch nicht, sich oft in der Tyber zu baden; und es wurde als eine der größten Nachläßigkeiten und als ein Beweis verderbter Sitten angesehen, wenn man sich einige Zeit im Schwimmen nicht hatte sehen laßen. In den Vorwürfen, die Horaz der Lydia macht, daß sie den jungen Sybaris verführe, sagt er unter andern: Warum willst du ihn denn ganz zu Grunde richten? er hat jetzt nicht einmal mehr Muth genug, in der Tyber zu schwimmen. b) So schreibt auch Suetonius, als er die Sorge des Kaisers Augustus bei der Erziehung seiner Enkel berührt, daß er sie meist selbst das Lesen und Schwimmen und die übrigen Anfangsgründe gelehrt habe. c) Auch hatten sie bei jedem ihrer warmen Bäder im-

a) Durum a stirpe genus: natos ad flumina primum
Deferimus, saevoque gelu duramus et undis.

b) Horatii Flacci Lib. I. Car. 8.

c) Suetonii Tranquilli de Caesaribus.

mer ein kaltes Bad nebenbei, so sie Piscina nannten. Man hatte an der Tyber, nahe am capitolischen Hügel einen Platz zurechte gemacht, wo sich das Volk baden konnte, und den man den öffentlichen Teich (Piscina publica) nannte. Nachher wurden noch mehrere Plätze dazu ausersehen, wo man schwimmen und kalt baden konnte. Auch außer der Stadt waren mehrere Plätze zum Schwimmen für's gemeine Volk zugerichtet, die man Lautulas hieß. So hatte man auch noch den bekannten Campum martium in der Tyber, auf welchem die Römer einen Schwimmplatz für die Soldaten bereitet hatten, wenn sie von den Waffenübungen beschwitzt und bestaubt waren. Nebstdem waren noch viele freie Teiche, welche bei den meisten Badhäusern waren, und Schwimmteiche (Natationes) hießen, in welchen die Schuljugend, die Kämpfer und die Ballspieler sich kalt badeten und im Schwimmen übten. a) Die Fertigkeit im Schwimmen rettete Cäsarn bei Pharas das Leben, und mit ihm der Welt das Muster des größten der Menschen, den die Natur je hervorgebracht hat.

Von den römischen Aerzten finden wir wenige, die nicht das kalte Bad in vielen kränklichen Umständ-

a) Andreas Barejus, de Thermis. Romae 1622. Lib. VII. pag. 411. und Rosinius, Antiquitates Roman. pag. 76.

ständen, als das heilsamste Mittel angerathen hätten.

Asclepiades, der erste römische Arzt, der zu Rom festen Fuß setzte, a) war deswegen von jedermann so hoch geschätzet, weil er durch eine simple Kurart sich den natürlichen, einfachen Hülfsmitteln näherte, die Kato der ältere in seinem Buche von den Arzneimitteln vorgeschrieben hatte. b) Seine gewöhnlichen Arzneimitteln waren: eine vernünftige Diät, Bewegung und besonders Waßertrinken und kaltes Baden. Das Kaltbaden hielt er für das beßte Hülfsmittel, eine dauerhafte Gesundheit zu erhalten, und verordnete es mit dem beßten Erfolg, als das vorzüglichste, den Magen und überhanpt den Körper zu stärken. c)

Sein Schüler Themison räth ebenfalls das kalte Baden als das beßte Stärkungsmittel an. Niemand aber trieb den Gebrauch der kalten Bäder höher, als Antonius Musa, ebenfalls ein Schüler

---

a) Plinius Libr. 26. c. 3.

b) C. J. Jagemann. Die Geschichte der freien Künste und Wißenschaften in Italien. 1777. 1 B. S. 287.

c) Asclepiades de communibus auxiliis, apud Coelium Aurelianum de morb. acut. & chr. C. 14.

des Asclepiades. Er und sein Bruder Euphorbius verwarfen alles andere, was die übrigen Aerzte, die haufenweise itzt nach Rom zogen, verschrieben, und machten mit dem bloßen kalten Bade die größten Kuren. a) Wegen ihm verlieh auch Julius Cäsar den Aerzten zu Rom das Bürgerrecht. b)

Nie mag wohl das Ansehen eines Arztes so hoch gestiegen seyn, als er es gebracht hat. Den Liebling und Abgott des Volkes, den Kaiser Augustus kurirte er glücklich in zwei gefährlichen Krankheiten. Alles hatte man versucht, um diesen Kaiser von einer langwierigen Krankheit zu befreien, die ihn nahe zum Rande des Grabes hinbrachte; aber nichts wollte helfen. In diesen Umständen, da alles verzweifelte, kam Musa; er schlug eine ganz andere Kurart ein, und ließ ihn bloß im kalten Waßer baden. Dieß allein rettete den Kaiser vom nahe bevorstehenden Tode, und gab ihm die vorige Gesundheit wieder. c) Alles trat hinzu, den Erretter ihres Imperators zu belohnen: man errichtete ihm zu Ehren eine Bildsäule neben jener des Aeskulapius;

---

a) C. Suetonii l. c. L. II. c. 82. pag. 54.

b) Jagemann a. a. O. S. 283. & Dio Lib. 53.

c) Suetonius Lib. II. n. 59.

pius; und vom Senat wurde er mit einem goldenen Ringe und einer Menge Geldes beschenkt. a)

Auch Horaz verließ die warmen Schwefelbäder, die seine Nervenschwäche und Blödigkeit der Augen noch mehr verschlimmerten, und gieng nach Clusinum und Gabios auch mitten im Winter, um sich im Fluße zu baden. b) So sagt er auch an einem andern Orte: " Gut für den schwachen Kopf, gut für den Unterleib ist das Baden im kalten, fließenden Waßer. „ c) Denen, so nicht schlafen können, räth er das Schwimmen in der Tyber an. d)

Celsus, der Cicero unter den Aerzten, empfahl vorzüglich das kalte Verhalten und die kalten Bäder. " Nichts ist für den Kopf so gut, sagt er an einem Orte, als das kalte Waßer. e) Nebstdem nützt es auch dem Magen, ist für die Glieder gut und bei Schmerzen, wo keine Geschwüre sind.

---

a) C. J. Jagemann l. c. pag. 253. & Dio Lib. 53. Suetonius Lib. 2. n. 59.

b) Epist. 15. ad Numonium Valam.

c) Epist. 16. ad Quintilium.

d) Satiriarum Lib. 2. Sect. 1.

e) Celsus Lib. 1. cap. 4.

sind. Auch jenen Leuten, so viel Geblüt haben, wenn sie sonst nicht krank sind. „ a) Noch sagt er an einem andern Orte: " Nicht denen allein, die an Schwäche des Kopfes leiden, ist der Gebrauch des kalten Waßers nützlich, sondern auch denen, welche immer mit Blödigkeit der Augen, Katarrhen und Halsbeschwerden geplagt sind. Diese aber müßen sich nicht allein täglich mit kaltem Waßer den Kopf überschütten laßen, sondern auch fleißig kaltes Waßer in dem Munde halten. „ b) So sagt er auch in seinem vierzehnten Buche: " Die gewöhnlichste und übelste Krankheit des Magens ist deßen gänzliche Schwäche, das ist, wenn er die Speisen nicht mehr halten kann; da hört dann die Nahrung des Körpers auf, und Schwindsucht folgt auf dem Fuße nach. In dieser Krankheit ist warmes Baden am allerunnützesten; das Laubaden aber und die Bewegungen der obern Theile des Körpers sind nöthig. Und dann ist in dieser Krankheit sehr rathsam, wenn man sich mit kaltem Waßer überschütten läßt, in Fluß schwimmen geht, selbst den Magen unter Kanäle hält, und besonders wenn man das Waßer über den Theil des Rückens laufen läßt, der dem Ma-

---

a) Celsus Lib. 1. cap. 9.

b) Ibid. Lib. 2. cap. 5.

Magen gegenüber ist. a) Auch Aretäus war ein großer Vertheidiger des kalten Bades. Den Kopf zu stärken, hielt er nichts beßer, als das Waschen deßelben mit frischem Waßer. b) Allgemach aber wuchs die Weichlichkeit unter den Römern immer mehr und mehr an, und mit ihr kamen die warmen Bäder in größerer Aufnahme. Derjenige, welcher neue Raffinements in der Wohllust erfand, war der vollkommenste; die Badgebäude wurden die Schulen der Künstler, wo Bildhauer, Baukünstler und Mahler ihr Genie zeigen konnten. Unglaublich ist es, wie viel oft ein Badhaus, nur eines Privatmanns, gekostet hat. c)

Seneka, der, wie bekannt, zu Nero's Zeiten lebte, schrieb, daß derjenige für arm gehalten wurde, der sein Bad nicht kostbar mit Marmor auszieren, und das Waßer nicht mit silbernen oder goldenen Gefäßen schöpfen konnte; ja es gieng bisweilen so weit, daß man die Fußböden mit Edelsteinen besetzte. So weit, schreibt er in seiner 86sten Epistel, so weit sind wir in den Wohllüsten gekommen, daß wir nur auf Edelsteine treten wollen.

---

a) Celsus Lib. 4. cap. 6.

b) Aretaeus morb. curat. Lib. 1. cap. 2.

c) Suetonius Lib. 4. art. 2.

wollen. Auch Plinius a) beschreibt die prächtigen Gebäude, welche bloß zum Badgebrauch aufgeführt waren. Frauenzimmer von Stande giengen in keine Wannen, die nicht ganz vom Silber waren. So beschreibt auch Statius ein Bad, worin alles von schön gearbeitetem Silber war: Nichts siehst du da Schlechtes; nirgends findest du da Kupfer, das gut für den Pöbel ist. Das glückliche Waßer fließt durch Silber, fällt in Silber hinein, bleibt da in seinem glänzenden Behälter stehen, seine Wohllust bewundernd, und will nicht mehr fort. Oft war ein Badgebäude so groß, daß es einer kleinen Stadt gleich sahe. Man erstaunet, wenn man die Beschreibungen der Badgebäude liest, über die Arbeit, Pracht und ausstudirte Verfeinerung, die zu dieser einzigen Absicht verschwendet worden sind. b)

Da kamen nun die kalten Bäder ganz in Verachtung. Freilich gabs immer Aerzte, die wider die einreißende Weichlichkeit predigten, und die alte Kurart des Asclepias und Musa beizubehalten suchten; aber die meisten von ihnen ließen

sich

---

a) Plinius Hist. nat. Lib. 33. cap. 2.

b) Barejus And. de Thermis. Joh. Rosinius Antiquitat. Roman.

sich vom Strome hinreißen, und legten sich itzt auf Erfindungen wohlriechender Seifen und neuer Schminksalben. Bis endlich Charmis gegen das Ende der Regierung des Nero aus Marsilien nach Rom kam. Dieser durch das Ansehen, das er sich durch den glücklichen Erfolg seiner Kuren gleich vom Anfang machte, und durch die Stärke seiner Gründe ermuntert, stand mächtig wider den ganzen Strom der eingerißenen Weichlichkeit auf, verwarf alle die Arzneien, so derselben noch mehr Nahrung gaben, und widersetzte sich hauptsächlich dem Gebrauche der warmen Bäder. a) Er zeigte durch alltägliche Beispiele, daß die kalten Bäder die einzigen Rettungsmittel wider die allgemein gewordene Schwäche wären, daß nur diese die Kraft hätten, die Glieder zu stärken, und den Körper wieder mit Wärme zu beleben. Nie ist ein Arzt so geschwind befolgt worden, als Charmis: die Ansehnlichsten der Römer mit eisgrauen Köpfen trugen kein Bedenken, sich auch mitten im Winter im kalten Waßer zu baden. b) Der damals lebende Seneka, so alt er war, folgte seinem Rathe, und befand sich wohl darauf. c) Ja er war stolz darauf,

daß

---

a) Plinius Hist. nat. Lib. 29.

b) Idem, ibidem.

c) Senecae Epist. 53.

daß er ein Pfichenlut seye, der auch den ersten Täuner sich in den Euripus baden gehe. a)

Aretäus räth ebenfalls das Schwimmen und Kaltwaschen als das beßte Mittel in Kopfschmerzen an. Nichts sey dienlicher, schreibt er, den Kopf zu stärken, ihn abzuhärten, und die Feuchtigkeiten von ihm abzutreiben, als das kalte Waschen. b) Strabo sagt vom Fluß Cydnus in Cilicien, daß er wegen der Kälte seines Waßers und den glücklichen Kuren berühmt sey, die er beim Podagra und in andern von verdorbenen Säften entstandenen Krankheiten erwirkte. c)

Soranus, der zu Trajans Zeit lebte, empfahl ebenfalls, wie Cälius Aurelianus von ihm schreibt, in vielen Krankheiten das kalte Bad, besonders in Engbrüstigkeiten, beim langwierigen Husten, in Schwäche des Körpers und der Gicht. d) Nach ihm haben sich keine Aerzte durch Schriften bekannt gemacht, bis auf Galenus, der um die Hälfte des

zweiten

---

a) Seneca Epist. 83.

b) Morb. curat. Lib. 1. cap. 2, 3.

c) Geograph. Lib. 14.

d) Caelius Aurelianus morb. acut. Lib. 2. cap. 9. & morb. chron. Lib. 5. c. 2. wie auch L. 2. c. 7.

zweiten Jahrhunderts nach Christi Geburt nach Rom zog. Dieser giebt uns in seinem Buche: de tuenda sanitate, eine ganze Vorschrift, wie man das kalte Bad gebrauchen soll. Er sagt: daß es in gesunden Tagen dienlich wäre, um die Haut dick und unempfindlich gegen die Kälte der Luft zu machen, daß es besonders jenen Leuten, welche fleischigt vom Körper, und mäßig in ihrem Leben seyn, so wie auch denen, so sich gehörig Leibesbewegungen machten, vorzüglich nütze; daß der Nutzen bei gesunden Leuten besonders darin bestehe, daß sie auf das kalte Bad immer recht guten Appetit, eine beßere Verdauung und Kräfte in die Glieder bekämen, daß sie dadurch gegen die Veränderungen der Luft unempfindlicher würden, ihr ganzer Leib aber dichter, stärker und zur Bewegung kraftvoller werde. a) Er sagt ferner, daß das Baden im lauen Waßer denjenigen, so an der Hektik krank sind, schade; daß aber diesen das kalte Bad nütze. b) So kurirte er auch die Ephemeras, ja selbst die hitzigen Fieber, wenn sie am höchsten gestiegen, doch aber ohne Entzündung waren, zumal bei jungen Leuten, mit kaltem Waßer, nachdem sich im Urin eine Verkochung gezeigt hatte. Er räth weiter beim Oribasius: daß diejenigen, die noch

nicht

---

a) De tuenda sanitate Lib. 2. & 3.

b) Ibidem.

nicht dazu gewöhnt sind, das Kaltbaden in den heißen Sommertagen anfangen sollen. a) Agathinus, ein naher Zeitgenoß des Galen's, hat uns umständlicher den Nutzen der kalten Bäder und selbst eine Vorschrift hinterlaßen, wie man sich darin zu verhalten habe. b) Von den warmen Bädern schreibt er, daß sie zwar nicht gänzlich zu verwerfen seyn, wohl aber soll man sie nicht zu oft gebrauchen c); wer aber dieses kurze Leben recht gesund durchleben wolle, solle sich nur fleißig im kalten Waßer baden. Denn diejenigen, sagt er weiter, die sich oft in den warmen Bädern aufhalten, bekommen schlappes und weiches Fleisch, eine Erdfarbe in ihrem Gesichte, verlieren ihre Säfte und mit ihnen ihren Appetit, und überhaupt sind sie den Krankheiten unterworfen, die von einer feuchten und schwülen Luft zu entstehen pflegen. d) Sehe man die Wilden an, fährt er weiter fort, die stecken ihre Kinder gleich ins Waßer, und was werden nicht für Leute daraus! wir aber sieden sie immer mit warmen Sachen, die ihnen freilich alle

---

a) Oribasii Sardiani Eunopium, J. B. Rosario interpr. Bas. 1357. Tom. 2. cap. 6. pag. 439.

b) Idem cap. 7. pag. 439.

c) Idem ibid. pag. 440.

d) Idem ibidem.

alle Säfte zum Kopfe treiben, sie betäuben, und so ihnen Schlaf machen; aber man kann auch zugleich denken, wie heilsam dieser Schlaf seyn muß. Diese ist eine der grösten Ursachen, daß sich bei Kindern so häufig Gichter einstellen. Ich glaube daher, sagt er unten, daß keinem einzigen Knaben, sobald er von der Brust weg ist, das kalte Waschen undienlich sey. Im Sommer räth er, den Anfang damit zu machen; doch, sagt er, hab ich sehr viele gesehen, die in allen Jahreszeiten damit angefangen, und nie sich übel darauf befunden haben. Darauf giebt er Verhaltungsregeln im Bade selbst: man soll sich zuvor den Leib mit den Händen reiben, ehe man ins Bad geht. — Schwitzt man, dann soll man den Leib mit einem Pulver bestreuen — wenn der Leib warm ist, dann soll man hineingehen, im Hineinsteigen soll man den Körper wieder reiben, dann wieder tiefer hineingehen, wieder reiben, und so immer stärker, bis man zulezt ganz im Waßer bleibt. a) Er räth zwar des Morgens das kalte Baden an, doch auch des Abends nach dem Abendeßen hat er es gut befunden, "Ich selbst, sagt er, bin sehr oft gewöhnt, nach dem Abendeßen ins kalte Bad zu gehen, wenn ich wegen der Hize

a) Oribasii Sardiani l. c.

nicht gut schlafen kann, und es ist wunderbar, was für einen angenehmen Schlaf ich dann darauf habe. a)

Cälius Aurelianus gehört auch in das Zeitalter des Galenus. Er räth die Psychrolasie den Asthmatischen an. b) Denen, so mit Kopfschmerzen geplagt sind, befiehlt er, sich den Kopf mit kaltem Waßer fleißig zu waschen. c) Der Epilepsie vorzubeugen, räth er das Schwimmen an. d) In den Krankheiten der Blase ordnet er die Albulas, welches ein kaltes Waßer war. e) Auch in der Trommelsucht befielt er, daß der Kranke sich entweder in einem See oder Fluße öfters kalt baden solle. f) So rühmt er auch das kalte Bad bei Schwäche des Magens, in Lähmungen, in der Gelbsucht, Milzbeschwerde, in Verstopfungen und bei der Cachexie an.

a) Oribas. l. c.

b) De morb. acut. & chron. Lib. 3. cap. 1.

c) Ibidem Lib. 1. cap. 1.

d) Ibidem cap. 4.

e) Ibidem.

f) Ibidem.

Herodotus, der um die Hälfte des vierten Jahrhunderts nach Christi Geburt lebte, lobte den Gebrauch des kalten Waßers in allen Flüßen, Kopfschmerzen und Krankheiten der Blase. Er rieth an, man solle mit dem kalten Baden allgemach anfangen, und allgemach aufhören. In Gliederschmerzen soll man den leidenden Theil mit kaltem Waßer begießen. Er versichert, daß er viele gekannt, die diese Kur den ganzen Tag über oft gebraucht, und große Linderung darauf gespürt hätten. a)

Aetius, der gegen das Ende des fünften Jahrhunderts lebte, räth daßelbe bei verfallenem Leibe und wider die Müdigkeit an; so rühmt er auch deßen treffliche Wirkungen bei denjenigen, so von der Sommerhitze verbrennt worden; wie auch im langwierigen Schnupfen, wider Verstopfungen der Nase und beim Verluste des Geruches.

Die ganze Reihe dieser angeführten Aerzte zeiget uns, daß kein einziger Arzt von Ansehen in Rom damals gewesen, der nicht das Baden im kalten Waßer für's beßte Restaurationsmittel und

---

a) Orib. Collect. Lib. 10. cap. 5.

als eins der trefflichsten Hülfsmittel in vielen Krankheiten angerathen habe.

Ich habe noch ein Volk nachzuholen, das auf uns den größten Eindruck machen muß, und bei dem das kalte Bad vielleicht am meisten gebraucht worden, ich meine unsere alten Celten und Deutschen! — Sie, die über die Römer hinsahen, wie Eichen über andere Bäume; vor deren Anblick der römische Soldat erschrack, und da er alle Länder rund um sich her unterjochet hatte, hier stehen bleiben und zurückweichen mußte, ja zuletzt selbst ihre Ketten zu tragen gezwungen wurde. Woher hatten sie diese natürliche Uiberlegenheit? Alle Geschichtschreiber, alle, die dazumal zu ihnen hinreisten, um in einer barbarischen Nation jene Stärke des Körpers bewundern zu können, die sie mit allen ihren Künsteleien und allen ihren Raffinements nicht erlangen konnten, kommen darin überein, daß sie selbes meistens der Mäßigkeit, den Leibesübungen und dem täglichen Baden in Flüßen zuschreiben. Julius Cäsar schreibt von ihnen, daß sie sich ohne Unterschied in den Flüßen badeten a), und Herodian setzt hinzu, daß die Deutschen kein anderes Bad, als die

offe-

a) C. J. Caesaris Comment. Lib. 8. Bas. 1583. de bello germanico Lib. 4. pag. 171.

offenen Flüße und Bäche hatten. Pomponius Mela sagt das Nämliche von ihnen: "Ihr Muth ist eben so ungeheuer, wie ihre Körper, schreibt er, — nebst dieser angebornen Wildheit aber machen sie durch die beständigen Uibungen beide noch immer stärker; den Muth durch den Krieg und den Körper durch das Gewöhnen an die Ungemächlichkeiten, besonders an die Kälte. Ehe sie mannbar sind, gehen sie nackend herum, und ihr Jugendalter dauert lange. Die Männer bedecken sich bloß mit Decken oder Baumrinde, auch in der bittersten Kälte. Aus dem Schwimmen machen sie nicht allein eine Gewohnheit, sondern auch eine Kunst. „ a) Das Nämliche sagt Tacitus von ihnen. "Die Deutschen, sagt er, sind an die Flüße gewohnt. „ So singt auch Claudian von den Anwohnern des Rheinstroms, daß sie ihre neugeborne Kinder in den Fluß getaucht haben b), so wie es die alten Griechen und mehrere alte Nationen mit ihren Kindern gemacht haben c), und wie es noch heut zu Tage bei den Lapländern geschieht. d)

a) Pomponius Mela, de totius orbis descriptione. Paris. 1507. fol. 35. de Germania.

b) Natos explorat gurgite Rhenis. Claudian.

c) Th. Bartholinus, Antiqu. vet. puerper. p. m. 66.

d) Joh. Schefferi Lapponia, cap. 26. pag. 297.

So schreibt auch Lampridius, daß der Kaiser Severus, der im Anfange des dritten Jahrhunderts nach Christi Geburt regierte, lange Zeit mit dem Gliederreißen behaftet gewesen sey, allerhand Mittel umsonst gebraucht, und es zuletzt bloß durch kaltes Baden gänzlich verloren habe. a)

Die alten Gallier hatten ihre geheiligten Waßerquellen, die sie Divona nannten, worin sie sich zu gewißen Zeiten badeten, und ihre Kranken hineinlegten. Die Munterkeit, das frische neue Leben, so sie dadurch erlangten, die Gesundheit, so viele ihrer Kranken durch dieselbe wieder fanden, machten sie zu Wunderquellen, und heiligten sie. Ja in allen Ländern waren solche Waßerquellen, die durch die langen und guten Wirkungen, die man täglich davon beobachtete, in großem Ansehen waren; da aber sich in damaligen Zeiten das Heiligthum in alles mischte, so wurden auch diese bald zu Wunderquellen gemacht. Hier in Deutschland sind noch viele solche heilige Quellen berühmt deren ganzes Heiligthum freilich in bloßen kalten Waßer besteht. "Nichts stärkt mehr, schreibt Hurham, die weichen und schwachen Fibern, als der Gebrauch des kalten Bades, durch dieses ver-

den

---

a) Lampridius Hist. Imperat.

den die weichen, schwachen und bucklichten Kinder zum Verwundern geschwind hergestellt. In den Zeiten der Unwißenheit sind die verschiedenen Quellen sicher aus keiner andern Ursache geheiliget worden, als wegen ihres reinen, kalten Waßers, deßen Kräfte die Mirakelkrämer einem Heiligen, den ihre Phantasie ausgedacht hatte, zuschrieben. a) Auch in England sind noch solche Quellen, besonders sind der St. Mungus, St. Anna, St. Vinzenz, St. Stechius und St. Winnefreds. Brunnen bis heut zu Tage noch in großem Ansehen. Uiberhaupt ist kein Land, wo nicht Waßerquellen von undenklichen Zeiten her als die beßten Heilungsmittel berühmt sind, deren Nutzen sich noch immer täglich bestätigt, und die eben deswegen vom blödsinnigen Volke für etwas Uibernatürliches gehalten werden, weils ihm unbegreiflich vorkömmt, daß dasjenige, was es sieht, Wirkungen haben könne, und daher immer übernatürliche Kräfte haben muß, um was Gutes auf dieser Welt zu verrichten.

In Hochland ist der Gebrauch des Eintauchens der Kinder ins kalte Waßer von jeher und noch immer im Gebrauche. So herb auch der Winter ist,

a) Huxhami Opera physico-medicae. T. 2. p. 39. Lipf. 1764.

so werden sie doch von ihren Müttern ins kalte Waßer gesteckt, die oft das Eis erst zerbrechen müßen, um zum Waßer gelangen zu können. a) Die Tounguesen in der Tartarei härten auf die nämliche Art ihren Körper ab: Sommer und Winter geht jung und alt, ohne Unterschied des Geschlechts, ein paarmal die Woche ins kalte Waßer. Im Winter laßen sie oft stundenlang ihre Kinder im Schnee liegen und darin herumspielen, die dann an die Kälte so gewöhnt, wie wir an warmen Stuben, werden. Und dieß sind Menschen, die ohne Aerzte gesünder und länger leben, als wir mit allen unsern Bollwerken, so wir gegen die Kälte gebaut haben. b)

In Ostindien ist es überall im Gebrauche, die Kinder mit kaltem Waßer abzuwaschen. Ganz warm noch von der Mutter weg gehen die Kanarier mit dem neugebornen Kinde an den ersten beßten Bach, und waschen es ab. Auch ist das kalte Waßer bei den Indianern eines ihrer ersten Heilmitteln. Oft geschieht es, daß sie sich an der Datura tolleßen; gleich aber kommen sie wieder zum Verstand, sobald sie ihre Fußsohlen mit fri-

schem

---

a) Locke l. c.

b) Floyer l. c.

schem Waßer naß machen. a) So wickeln auch die Japoneser niemals ihre Kinder ein, sondern halten sie ganz lüftig, und waschen sie immer mit kaltem Waßer, da doch das dasige Klima mehr kalt als warm ist. b) So sagt auch Förster von Othahite, daß die dasigen Einwohner auf die nämliche Art ihre Kinder abhärten, und sich selbst oft zweimal im Tage in Flüßen und in der See baden. c)

Die Mahomedaner, besonders die in Asien wohnen, müßen sich alle Sonnabende im fließendem Waßer baden; und ehe sie in ihre Moscheen gehen, waschen sie ihre Füße, Hände und Gesicht mit frischem Waßer. Von den Moskovitern rede ich nichts; sie brauchen nur das kalte Bad, um sich von der Mattigkeit zu erholen, die ihnen das warme Dampfbad gemacht hat. Denn ihre Bäder sind warme Dampfbäder, worin sie wöchentlich gehen, und stundenlang darin liegen bleiben; sie laßen sich dabei stark reiben, um sich von dem Schmutze, der sich durch die Unsauberkeit und durch das beständige

Tra-

---

a) Albert von Mandelslow, Sammlung aller Reisen zu Waßer und zu Lande. II Band.

b) Ebendaselbst.

c) Forsters Reise ꝛc.

Tragen des Pelzes in die Haut gesetzt hat, zu reinigen; und liegen dann darin in außerordentlichem Schweiße und gänzlicher Entkräftung so lange, bis sie kein Glied aus Müdigkeit mehr rühren können. In dieser außerordentlichen Ausdehnung der Sweißlöcher werfen sie sich ins kalte Waßer, oder welzen sich im Schnee herum, wodurch die Gefäße wieder gestärkt, sich zusammenziehen, und die Schweißlöcher enger werden, ohne sich jedoch gänzlich zu schließen, weil die Erschlaffung zu groß ist, als daß sie eine gänzliche Verschließung der Schweißlöcher oder einen sonstigen Schaden zu befürchten hätten.

Doch nicht allein in dieser Hämisphäre ist der Gebrauch des kalten Bades der allgeneine Instinkt jedes Volks: auch jenseits des Oceans haben es Reisende bei den Amerikanern überall im stärkesten Gebrauche gefunden. Die Peruaner, heißt es in der allgemeinen Geschichte von Amerika, von den Yukas an, bis auf den ärmsten Mann, sind gewohnt, ihre Kinder, sobald sie zur Welt kommen, im kalten Waßer zu waschen, und sodann in den Windeln einzuwickeln. Dieses wiederholen sie alle Morgen, um sie au Kälte und Unbequemlichkeit zu gewöhnen.

Wenn eine Frau entbunden ist, dann braucht sie weder für sich, noch für das Kind eine andere

Er-

Erfrischung, als das Waschen mit dem kalten Waßer. a) So versichern uns auch alle Reise, beschreiber, daß die Wilden überhaupt die geschicktesten Schwimmer sind. b) Uiber die Flüße ohne Boot oder Fahrzeug zu seßen, sagt Kraft c), auch mit ansehnlichen Lasten beschwert, daraus machen sich die Wilden wenig; denn ihre Fertigkeit im Schwimmen, ist nach den Berichten aller Reisenden, unbeschreiblich, so daß man auch beinahe glauben sollte, es wäre unter allen Landthieren keines geschickter, im Waßer zu leben, als der Mensch.

Zwei-

---

a) Allgemeine Geschichte von Amerika. 1 Th. S. 214.

b) Gottfrieds Westind. Hist. 2 Th. S. 407. Rochefort's des Isles antilles. Lib. 2. ch. 17. Dampiers Reisen. 16 Kap. Kolbe, von dem Vorgebirge der guten Hoffnung. 2 Th. 17 Brief.

c) Die Sitten der Wilden zur Aufklärung des Ursprungs und Aufnahme der Menschheit. S. 39.

Zweiter Abschnitt.

Neuere Geschichte der kalten Bäder.

Wenn je Data beweisen können, so brauche ich nichts weiter anzuführen, um jedermann vom Nutzen eines Mittels zu überzeugen, das bei jedem rohen und gesitteten Volke, in jedem Himmelsstriche, in jedem Menschenalter, soweit sich die Völkergeschichte bis tief ins graue Alterthum hinausdehnt — überall üblich, und von großem Nutzen gewesen ist; das als das beßte Mittel gebraucht worden, die Gesundheit stark und dauerhaft zu machen; ja selbst in vielen Fällen dieselbe wieder herzustellen.

Aber so wie in Griechenland und Rom, so brachte auch in den nördlichen Gegenden Europens die Verfeinerung der Sitten in spätern Zeiten die Weichlichkeit mit sich, wo man zuletzt sogar dasjenige, was nur den Schein des Unangenehmen an sich hatte, zu fliehen anfieng. Das leichte, in einigen Augenblicken vorübergehende Schaudern, das man beim Eintritte in die kalten Bäder, besonders

vom

vom Anfang zu empfinden pflegt, war schon hinlänglich, sie als ein hartes, unausstehliches Mittel auszuschreien, das nur rohe, barbarische Völker zu ertragen im Stande wären.

Die warmen Bäder fiengen daher an, häufiger besucht zu werden; das Angenehme, das man bei dem Eintritte in dieselbe empfand, selbst das Wohllüstige darinnen, der Nutzen, den sie in einigen Hautkrankheiten und rheumatischen Gliederschmerzen schafften, waren genug, ihren Gebrauch allgemein zu machen, und ihn an die Stelle der kalten Bäder zu setzen. Was vorher die Gesundheit zur Absicht hatte, wurde itzt der Sammelplatz des Müßiggangs, der Bescheidort der Zusammenkünfte und der Wohllust.

Weichlichkeit war's aber nun nicht mehr allein, welche die kalten Bäder in Abschlag brachte, auch die Aerzte hatten sie zu Feinden. Bleiern wie es war, dieses Zeitalter in allen Wißenschaften, so lag auch die Arzneikunde damals in ihren letzten Zügen.

Man legte sich nicht mehr auf die simple hippokratische Kurart; die Arzneikunde war ein Mischmasch von Chimären, Chikanen und hiroglyphischen Hirngespinnsten, die mit nichts geringerem, als Universalelexiren, lapide philosophorum und trochiscis con-

contra mortem ſchwanger gieng. Das kalte Bad war den Aerzten zu ſimpel, vielleicht auch zu heilſam; denn wie hätten ſie ſonſt ihre Arkana angebracht, wenn ſie nicht ein einfaches Mittel verbannt hätten, das man überall umſonſt haben kann, und welches wenigſtens in den Krankheiten, worin ſie am beßten ihre Hexereien an den Mann bringen konnten, wie z. B. Mutterbeſchwerungen u. d. gl. die trefflichſten und geſchwindeſten Wirkungen ausübt. Nebſtdem waren die meiſten von ihnen müßige, dumme Betrüger, die nur in auffallender ſteifer Tracht und einem verzerrten Geſicht, das nichts als Arkana bewachte, ihr Anſehen erſchlichen, ſich wenig um die Beobachtungen der Alten bekümmerten, und ihre Korallen und Krebſenäugen ſich theuer bezahlen ließen.

" Eine der erſten Urſachen des Verfalls der kalten Bäder, ſagt Floyer, war die Unwißenheit, die damals das Volk in der Arzneikunſt hatte, von der es immer, wie ſeine Doktoren, ſeine Urtheile nach dem gemeinen Ruf herſchließt, die den beſtändigen Veränderungen unterworfen ſind. Nebſtdem war es das Intereße der chemiſchen Aerzte, ſich ſelbſt durch ihre neue Kenntniße, neue Methoden und neue Arzneien in Anſehen zu bringen. Sie verwarfen daher und verſchrieen alle die alten Meinungen und Kuraten; ſchrieben jede Krankheit den

Kru-

Krudităten und ſauren Salzen zu, und lehrten, daß dieſe nicht anders, als durch flüchtige und fixe Salze, durch chemiſche Eßenzen und ſcharfe Tinkturen von mineraliſchen, ſulphuriſchen und gebrannten Geiſtern müßten kurirt werden. Dieſe allein, machten ſie der Welt weiß, wären im Stande, die Natur zu ſtärken, das Geblüt durch die Ausdünſtung zu reinigen, zu verſüßen; und verachteten all das äußerliche Verhalten, ſo die galeniſchen Aerzte vorgeſchrieben, als unnöthig; wo denn die kalten Bäder, als der anſehnlichſte Theil deßelben, gänzlich verworfen wurden. „ a)

Der Schlag war das geringſte, womit die Aerzte denjenigen bedroheten, der ſich unterſtünde, ins kalte Waßer zu gehen; da man doch auf dem ganzen Gottes Erdboden, ſo lange als es Bäche, Flüße und Seen gegeben hat, das heißt, ſo lange ſich die Menſchen darin gebadet haben, kein einziges Beiſpiel hatte, daß jemand vom kalten Bade den Schlag bekommen; welches ſich im Gegentheil ſehr oft in warmen Bädern ereignete. Da dieß aber Männer ſagten, denen die Geſundheit anvertrau war, beſonders in einem Zeitalter, wo man ohnedem gewohnt war, alles blind zu glauben, ſo kam

das

a) Floyer l. c. in the dedication.

das kalte Baden, besonders in Städten, völlig im Abschlag.

Lange Zeit getraute sich kein Arzt, der auch sonst richtige Kenntniße hatte, dieß Mittel anzurathen. Der Deutsche glaubte, daß es für die Körper der Griechen und Römer wohl dienlich möchte gewesen seyn; aber er dachte nicht, daß dieß eben die Völker waren, von welchen seine Vorfahren für Riesen angesehen wurden.

In diesem allgemeinen Wahne lag die ganze Arzneikunst, als Floyer, ein brittischer Arzt, im Jahre 1698 seine Untersuchungen des Gebrauchs und Misbrauchs der warmen, laulichten und kalten Bäder herausgab. a) Sein Lob über den Gebrauch der letztern war zu auffallend, und seine Mühe, die er sich genommen, ihren Nutzen aus den Werken der Aerzte aller Zeiten herzuholen, zu deutlich, als daß dieses Werk nicht Aufsehen erregt hätte. Es entstand eine allgemeine Gährung; überall standen Widersprecher gegen ihn auf. b) Er verfertigte daher

---

a) Joh. Floyeri Inquisitio in usum & abusum calidorum, frigidorum & temperator. balneorum.

b) Man sehe hierüber Schwertner Medicina vera universalis. Leipzig 1733.

daher im Jahre 1702, um einen jeden auf alle Art zu überzeugen, seine Geschichte der kalten Bäder. a) Mit siegender Stärke trat er itzt kühn dem Schwarm seiner Gegner entgegen, und forderte alle Aerzte auf, die alberne Furcht zu verbannen, und den geprüften Gang der Alten wieder einzugehen. Er hatte schon itzt einige treffliche Kuren am St. Winnefreds-brunnen gemacht, er sammelte auch zugleich die Beobachtungen seiner Freunde, welche mit eben dieser Methode viele unheilbar geglaubte Kranke völlig wieder hergestellt hatten; dieß alles sammelte er zusammen in diesem Werke, und führte es mit Namen und allen Umständen an. Er bewies end-lich aus der Theorie der Kälte, aus ihren Wirkun-gen und den Wirkungen des Waßers selbsten, daß das Baden in Flüßen das wirksamste Mittel sey, die mangelnde Kraft der Fibern wieder zu ersetzen, sie anzuziehen, fest zu machen, wenn sie zu schlapp seyn, die Schärfe auf diese Art aus dem Leibe zu schaffen, und überhaupt unzähligen Krankheiten theils vorzubeugen, theils selbe, wenn sie wirklich da sind, zu kuriren, die man sonst auf eine andere Art mit aller Mühe kaum zu heilen im Stande sey.

a) ψυχρολουσία or the history of cold bathing both ancient and modern. Dieß Werk ist im Jahre 1749 von D. Sommer ins Deutsche übersetzt herausgekommen.

Doppelt entsprach nun der Erfolg seiner Aussage; häufig kamen täglich neue Beweise von entfernten Aerzten, die den Nutzen und die trefflichen Wirkungen dieser erneuerten Kurart bestättigten. Es waren augenscheinliche Beweise, die er anführte, die man nicht läuguen, und denen man itzt nichts weiter entgegen setzen konnte, als die armselige Empfindlichkeit beim Einsteigen ins Waßer. Alle philosophische Aerzte traten auf seine Seite a), jeder Erziehungsplan richtete sich nach deßen Lehre, und Kinder, die so erzogen wurden, wurden Männer wie Bäume. Die beliebtesten Dichter sogar besangen die Vortheile des kalten Bades. b) Doch blieb der Gebrauch der kalten Bäder lange Zeit ein Monopol der Engländer. Zuvor konnten dieses nur Leute der wärmern Gegenden vertragen, itzt machte man einen Sprung zu den kalten Ländern hin, und sagte, daß es da eher als bei uns praktikabel wäre. So hilft sich der Mensch, wenn er etwas nicht annehmen will, und ein Vorurtheil verdrängen soll, das er mit der Muttermilch eingesogen hat. Aerzte sogar zitterten bei dem Gedanken, den schwachen Kranken ins kalte Waßer zu stecken.

Indeß

---

a) Besonders Baynard und Fuller m. s. des letztern Medicina gymnastica. Lond. 1705.

b) Locke on Education.

Indeß wurde es in England allgemach zur Mode. Jeder englische Arzt von Ansehen brauchte das kalte Bad als das allgemeine Stärkungsmittel, die Gesundheit zu erhalten, und die Krankheiten der Schwäche damit zu heilen. a)

Nur die deutschen Aerzte waren noch lange unentschloßen; sie sahen's an andern Völkern, daß das kalte Baden kräftig stärke, konnten's selbst aus der Natur deßelben folgern: aber keiner wollte vorgehen. Es thaten zwar einige Aerzte davon Erwähnung, führten auch Beispiele an, daß es heilsam sey; aber sie waren immer so kurz darin gefaßt, und führten es so nebenher an, daß all das nicht hinlänglich war, ein Vorurtheil zu vertilgen, womit die ganze Nation, besonders der feinere Theil derselben, der dieß Mittel doch am nöthigsten hatte, beseßen war. So hab ich oben schon angezeigt, daß Sennertus im Anfange des siebenzehnten Jahrhunderts an einer Stelle, da er vom kalten Bade redet, deßelben nicht ohne Ruhm Erwähnung thut. b)

---

a) Cheyne Essay of health and long life. Smith Anf. von der heilsamen Kraft des schlechten Waßers. Th. Short Disc. on Tea, sugar Milk, Madewincs, with place and useful Rules for gouty people.

b) Sennertus l. c.

Auch giebt es noch viele andere Aerzte, die davon Erwähnung und glückliche Kuren damit gemacht haben; aber man sahe diese als Wunderkuren oder als glückliche Wagestücke an, die keinen Einfluß aufs Allgemeine hatten. Friedrich Hofmann lobte den äußerlichen Gebrauch des Waßers noch mehr in verschiedenen Abhandlungen. Im Jahre 1712 gab er eine Abhandlung vom Waßer als eine Universalarznei heraus; wo er aber meistens desselben nur als eines Trankes erwähnt. a) Im J. 1716 gab er wieder eine Abhandlung von der Natur und Heilkraft deßelben heraus b); und 1729 abermal eine andere vom Nutzen des kalten Waßers. c) In dieser letztern that er besonders deßelben als eines zum chirurgischen Gebrauch dienlichen Mittels Erwähnung: wie es nämlich in Umschlägen, verschiedene Krankheiten zu heilen im Stande sey. Wo er aber am meisten das kalte Bad lobt, das ist eine Abhandlung, die er im J. 1731 herausgab, und worin er bewies, daß in den schlechtesten und verächtlichsten Mitteln die beßte Kraft

stecke.

---

a) Frid. Hoffmann, Dissert. de aqua, medicina universali. Hal. Magd. 1712.

b) Frid. Hoffmann, de aquae natura, ac virtute in medendo Diss. Hal. Magd. 1716.

c) Idem, de aquae frigidae salubritate Diss. Hal. Magd. 1729.

ſtecke. a) Er ſagt darin, nachdem er zuvor den Gebrauch der warmen Bäder empfohlen: "Nebſt den warmen Bädern aber verſprechen auch die kalten eine beſondere Kraft in der Heilkunde. Es iſt bekannt, daß die Römer und andere Nationen die kalten Bäder nicht ſowohl der Reinlichkeit und Erluſtigung, als der Geſundheit wegen gebrauchten." "Am meiſten aber, ſagt er weiter, nützen ſie in Lähmungen, beim hypochondriſchen und hyſteriſchen Uibel, wo die Kraft des Magens und der Gedärme geſchwächt iſt; im Hüftwehe, in Rheumatißmen, bei den Schmerzen des Kopfes, der Glieder u. dgl. Auch hat man Beiſpiele, das melancholiſche und tollſüchtige Kranke dadurch kurirt worden ſind." Und nachdem er die Beweiſe aus dem Celſus angeführt, ſagt er zuletzt: "Um kurz meine Meinung zu ſagen, ſo dient das kalte Bad beſonders, die elaſtiſche Bewegkraft, vorzüglich der äußern feſten Theile, wie auch die des Magens und der Gedärme, wenn ſie völlig gelähmt oder geſchwächt worden, wieder herzuſtellen: und macht auf dieſe Art, daß die flüßigen Theile mit mehr Kraft und Stärke bewegt, und durch die Kanäle getrieben werden können: beſonders, wenn ihre Schwäche

a) Idem, de medicina ſimpliciſſima ſummae efficaciae. Hal. Magd. 1731.

von zu viel Feuchtigkeit, oder zu heftiger Hitze entstanden ist, wodurch der Tonus der Gefäße geschwächt worden.„ Und er beschließt dann dieses durch die Aussage des Hippokrates: " Durch's warme Bad wird der Körper kälter; durch's kalte wird er wärmer.„ a)

Zwei Jahre darauf, nämlich 1733 gab auch Schwertner seine Medicina vere universalis heraus, wozu Hoffmann die Vorrede machte, und der auch deßen Abhandlung vom Jahre 1718 vorangedruckt wurde. b) Es war eine Sammlung verschiedener Abhandlungen über den Nutzen des kalten Waßers. Nebst Hoffmanns Abhandlung ward eine englische von Smith und eine andere von Noguetz eingerückt. Besonders aber wurden die Beobachtungen über den Nutzen des äußerlichen Gebrauchs des frischen Waßers von Browne, Cheyne, van der Heyden, Mayerne, Curtis, Cook und Floyer als damaliger Aerzte vom ersten Range angeführt.

Doch alles dieses machte nur einen schwachen Eindruck zur Tilgung des allgemein herrschenden Abscheus gegen das kalte Bad. Endlich gab Sigmund Hahn, ein

---

a) Fr. Hoffmann, ebendaselbst, S. 39.

b) Schwertner, a. a. O.

ein Schweitnißer Arzt, im Jahre 1732 in seiner Abhandlung vom Peterswalder Brunnen, und einige Jahre darauf in seiner Psychrolusia veteri renovata überzeugende Data vom trefflichen Nutzen des frischen Waßers. Zu gleicher Zeit schrieb auch sein Sohn, Joh. Sigmund Hahn, seinen Unterricht von Kraft und Wirkung des frischen Waßers, der seines starken Abgangs wegen im 43sten und darauf im 54sten Jahre wieder von neuem mußte aufgelegt werden. a)

Ihnen gebührt eigentlich der Preis vor allen andern deutschen Aerzten, daß sie die ersten gewesen sind, welche mit offener Stirne das alte Vorurtheil verlacht, und deutschweg den Gebrauch des frischen Waßers, als eines in sehr vielen Krankheiten, ja sehr oft einzigen Heilmittels öffentlich angerathen haben.

In dem Unterrichte geht J. S. Hahn erst das Waßertrinken durch, zeigt dann, wie vorzüglich das kalte Waßer geschickt sey, die Haut zu reinigen, ja selbst wie viel es zur Schönheit beitrage. Durch viele Beispiele beweist er, daß der äußerliche Gebrauch des kalten

a) Unterricht von Kraft und Wirkung des frischen Waßers in die Leiber der Menschen, von Joh. Sigmund Hahn. Breslau 1754.

Waßers nicht schade. Er selbst kannte eine Dame, die im siebenten Monat schwanger, mitten im Winter ins Waßer gefallen war, und dennoch zur ordentlichen Zeit ein gesundes, frisches Kind zur Welt brachte. a) Er zeigt, daß eben die Leute, deren Profeßion es mit sich bringt, im kalten Waßer zu arbeiten, die gesündesten Menschen sind, welche das höchste Alter erreichen. Daß es die Haut gesund halte, die Krankheiten derselben am beßten heile, und sowohl in innerlichen als äußerlichen Entzündungen das vorzüglichste Heilmittel sey; daß es in gesunden Tagen am beßten wider Krankheiten preservire; der Müdigkeit, dem Durchfalle, der Schlappheit und allen Folgen derselben am geschwindesten und leichtesten abhelfe. Dieß alles beweist er weitläuftig durch unläugbare Beispiele.

Er zeigt weiter, daß eben die zusammenziehende Kraft des kalten Waßers bei allen Gattungen der Verblutungen, in Verrenkungen und Brüchen die heilsamsten Wirkungen mache; daß es endlich in den Waßergeschwülsten der Füße, ja selbst in der völligen Waßersucht, in den Lähmungen aller Art, in Kontrakturen, Konvulsionen, bei der

Fallen=

a) Ebend. S. 67.

Fallendenſucht, bei Rheumatismen, der Gicht und bei der ſo viele Kinder befallenden engliſchen Krankheit die vorzüglichſte Hülfe ſchaffe.

Dieſes alles war nun freilich zu ſehr gegründet, als daß man Einwendungen dagegen hätte machen können; er bezog ſich auf geſchehene Fälle und auf die alles überweiſende Erfahrung; allein da er bloß vom Nutzen des kalten Waßers handelte, ſo wankte man noch immer im Zweifel, ob er nicht mögte zu viel geſagt haben; und da er überall in ſeinem Werke den Gebrauch des kalten Waßers anrieth, ſo kam man auf den irrigen Gedanken, daß er alle Kranke damit kuriren wolle.

Doch kamen itzt mehrere Aerzte, die nun kühner das kalte Bad anriethen. So führte Krüger in ſeiner Abhandlung von der Diät, die im Jahre 1750 zum erſtenmale herauskam a), das Beiſpiel der Haloren in Halle an, die ihre Kinder, wenn ſie kaum gehen können, ins Waßer laufen laßen, oder gar hineinwerfen, und dann, wenn ſie nicht fort können, wieder herausholen. " Und dieß werden Leute, ſagt er, die in einer ununterbrochenen Geſund=

a) Joh. Gottfr. Krügers Diät oder Lebensordnung. Hall. 1750. S. 93.

sundheit das höchste Alter erreichen. „ “ Die Wärme des Sommers, schreibt er, dehnt alle flüßige Materien des menschlichen Leibes aus, und erweitert dadurch die Schweißlöcher der Haut, wovon eine starke Ausdünstung, die sich endlich in Schweiß endiget, die natürlichste Folge ist. Schlaf und Entkräftung sind die Wirkungen davon. Diesen Beschwerlichkeiten los zu werden, erwählen viele Thiere das Baden im kalten Waßer, und vielleicht würden die Menschen nicht übel thun, wenn sie ihnen hierin nachahmten. Die unmerkliche Ausdünstung wird dadurch keinesweges verhindert, sondern vielmehr, wie durch jede andere Bewegung, befördert, und gleichwohl das beschwerliche Schwitzen und die daher rührende Abmattung gehoben. — Die Kunst zu schwimmen, in der Jugend zu lernen, und dieselbe bei mehrern Jahren in einer heißen Luft zu üben, heißt meines Erachtens, den Körper der Kinder stark machen, ihnen die Bequemlichkeiten verschaffen, den Beschwerlichkeiten einer heißen Luft zu entgehen, und ein sicheres Mittel an die Hand geben, mancher Lebensgefahr zu entfliehen. — Die Ungewohnheit macht, daß man es für gefährlich hält, den Kindern das Schwimmen lernen zu laßen, da es ihnen doch die Natur selbst lehrt, wenn sie zeitig genug dazu angeführt werden. — Es mag dieses Schwimmen im kalten Waßer zärtlichen Seelen so barbarisch vorkommen, als es immer will: so

ist

ist es doch bei weitem nicht so grausam, als das, was sie so oft zu thun gewohnt sind; da sie sich, wenn sie über und über schwitzen, in eine kühle Grotte begeben, darin stille sitzen, und sich allerhand kühlendes Getränk reichen laßen, welches, damit es desto kälter ist, in Eis gesetzet werden muß. — Aber es ist eine allgemeine Schwachheit der Menschen, daß sie in Kleinigkeiten sorgfältig sind, und wichtige Sachen für Kleinigkeiten halten.„ a) Drauf giebt er eine Vermuthung an, die wenigstens viele Wahrscheinlichkeit mit sich führt: "Sehr viele Leute giebt es, sagt er, die sich im heißen Sommer ertränken wollen. Man hält diese Leute für unsinnig, sperrt sie ein, und dann werden sie völlig rasend.„ Nun fragt er: ob dieß nicht ein Antrieb der Natur wäre, und ob das kalte Baden für solche Elende nicht gerade das einzige Rettungsmittel sey? Er stützt sich auf die vielen Beobachtungen, wo Rasende aller Art durch das kalte Bad gesund geworden sind, und dann auf noch eine andere Beobachtung, daß nämlich in der Raserei nichts beßer befunden worden, als das häufige Aderlaßen; und diese Patienten, wenn sie sich überlaßen sind, sich so oft in dem unglücklichen Anfall ihres Paroxismus den Hals abschneiden. — (Freilich, wenn

das

a) Ebendas. S. 91. u. w.

das Ertränken ihren gewöhnlich schweren Athem erleichterte, denn könnte auch dieses zur weitern Erläuterung dienen.) Doch bleibt dieß immer eine nachdenkungswürdige Beobachtung, besonders da wir täglich den Nutzen der kalten Bäder in dem Wahnsinne bestättiget sehen.

Georg Gottfr. Richter lobte auch den Gebrauch der kalten Bäder in seinen Vorlesungen über die Lebensregeln. a) Er führt zugleich viele Aerzte an, auf deren Ansehen er sich stützet. Aber man sieht es ihm an, daß er es mit einer Schüchternheit thut, der das überredende Gewicht noch fehlt, so zur Einführung einer Gewohnheit nöthig ist, der noch viele Vorurtheile im Wege stehen. Es fehlte noch immer der Mann, der nebst dem Ansehen, das er sich in allen andern Fächern der Arzneikunde erworben, nebst der gänzlichen Freiheit von allem Verdacht des Eigennutzes oder einer herrschenden Lieblingsidee, volle Stärke des Nachdruckes und ein allgemeines Zutrauen besäße. Dieser Mann kam endlich! und dieser war — Tissot! Er, dem wir, wie Zimmermann von ihm sagt, in den gegenwärtigen Zeiten die meisten und größten

und

---

a) G. G. Richter, Praecepta diaetetica. Heydelb. 1780. Cap. 8.

und hülfreichsten Bemühungen für die Aufnahme der ausübenden Arzneikunst zu danken haben.

Im Jahre 1761 gab er zum erstenmal seine Belehrung an das Landvolk über seine Gesundheit heraus. a) Das Gedränge jeder Nation, dieß Werk in seiner eigenen Sprache zu übersetzen, die viele wiederholten Ausgaben deßelben sind allein genug, den Werth deßelben zu bestimmen, um es aus den hundert tausenden herauszuheben, und es der Nachwelt zum ewigen Muster und Gesetzbuch der Arznei aufzubehalten. b)

Schon zuvor hatte Tissot verschiedentlich den Gebrauch der kalten Bäder angerühmt, hier aber sprach er genauer davon: "Die Grundfeste der Gesundheit sagt er c), ist die Regelmäßigkeit, mit der die Ausdünstung geschieht. Diese zu erhalten, muß man die Haut stärken; das warme Waschen aber schwächet sie. Hat die Haut ihre nöthige Stärke, so thut sie immer ihre Verrichtungen, und

---

a) Tissot, Avis au peuple.

b) S. Vorrede bei der sechsten Originalausgabe oder den ersten Theil seiner sämmtlichen Schriften, im Deutschen. Leipzig 1779.

c) Siehe die letzterwähnte Ausgabe, S. 376.

und die Ausdünstung geräth nicht bei jeder Veränderung der Witterung in Unordnung. Man muß also nichts versäumen, sie in diesen Zustand zu versetzen; und um diese wichtige Arbeit zu erreichen, muß man die Kinder wenig Tage nach der Gebnrt mit kaltem Waßer, so wie es aus der Quelle kömmt, waschen.

Diese, vor so vielen Jahrhunderten üblich gewesene, und auch noch in unsern Tagen bei verschiedenen Völkern, die sich sehr wohl dabei befinden, gebräuchliche Verfahrungsart wird manche Mütter vor dem Kopf stoßen. Sie werden glauben, daß sie ihre Kinder tödten würden, und besonders nicht Muth genug haben, das Geschrei, welches diese, wenn sie zum erstenmale gewaschen werden, oft machen, nicht zu achten. Aber wenn sie ihre Kinder wahrhaft lieben, so können sie ihnen kein thätigeres Merkmal ihrer Zärtlichkeit geben, als wenn sie, zu deren Beßten, dieses falsche Mitleid überwinden.

Schwache Kinder haben dieses Waschen am allernöthigsten; sehr starke können es eher entbehren: und man kann es nicht glauben, als bis man es oft gesehen hat, wie viel dieses Verfahren zur geschwinden Vermehrung ihrer Leibesstärke beiträgt. Ich habe, seitdem ich mich bemühet habe,

dieses

dieſes Waſchen hier einzuführen, das Vergnügen zu ſehen, daß verſchiedene von den zärtlichſten und vernünftigſten Müttern ſich deßen mit dem beßten Erfolge bedient haben. Die Hebammen, welche die Augenzeugen davon geweſen ſind, die Säugammen und Kinderwärterinnen, welche das Waſchen verrichtet haben, breiten dieſe Gewohnheit immer mehr und mehr aus; und wenn ſie allgemein werden ſollte, wie ſich alles dazu anläßt, ſo bin ich vollkommen überzeugt, daß ſie, weil eine ſehr große Anzahl von Kindern dadurch erhalten wird, nicht wenig beitragen werde, den Fortgang der Entvölkerung zu hemmen.

Man muß ſie ordentlich alle Tage waſchen, die Witterung und die Jahreszeit mag ſeyn, wie ſie wolle; und in der warmen Jahreszeit muß man ſie im Waßereimer, Springbrunnenbecken, Bäche, Flüße und Seen eintauchen.

Nachdem ſie einige Tage geweint haben, ſo gewöhnen ſie ſich ſo gut an dieſe Art der Leibesbewegung, daß ſie eine von ihren Vergnügungen wird, und daß ſie während der ganzen Verrichtung lachen.

Der erſte Vortheil von dieſem Waſchen iſt, wie ich ſchon geſagt habe, daß die Ausdünſtung unters

terhalten, und die Empfindlichkeit bei den Veränderungen der Luft und der Witterung vermindert wird. Aber aus diesem ersten Vortheile entspringen noch andere, daß man nämlich sehr vielen Krankheiten vorbeuget, besonders der Knüpfung der Gelenke (englischen Krankheit), den Verstopfungen, den Krankheiten des Haupts, und den Zuckungen; und man versichert ihnen eine feste und dauerhafte Gesundheit.

Man muß aber das Gute, welches dieses Waschen den Kindern verschaffet, durch die üble Gewohnheit, sie allzuwarm zu halten, nicht wieder vernichten. Nichts ist schädlicher, als dieses, und nichts tödtet mehrere Kinder. Man muß sie gewöhnen, sowohl am Tage, als in der Nacht nur ganz leicht gekleidet zu seyn, absonderlich den Kopf in der Nacht nur sehr wenig, und nach dem zweiten Jahre den Tag über, gar nicht zu bedecken; vermeiden, daß sie sich nicht in allzuwarmen Stuben aufhalten, und sie sowohl im Sommer, als im Winter so viel, als immer möglich ist, in die freie Luft laßen. Kinder, die zu warm gehalten werden, sind zu öftern Schnuppen geneigt, sind blaß, schwach, kränklich, aufgedunsen und traurig, verfallen in die Verknüpfung der Gelenke, Auszehrung (Dörrsucht), alle Arten von Schleichkrankheiten, und sterben in der Kindheit, oder führen ein

elen-

elendes Leben, u. s. w. Bei denen, welche man mit kaltem Waßer wäscht, und an der freien Luft erzieht, findet das Gegentheil statt.

Ich glaube, noch hinzusetzen zu müßen, daß die Kindheit nicht das einzige Alter des Lebens sey, in welchem die kalten Bäder nützlich sind. Ich habe sie mit augenscheinlichem Nutzen Personen von jedem Alter, auch sogar siebenzigjährigen Greisen verordnet; und es giebt zwei Gattungen von Krankheiten, die freilich mehr in den Städten, als auf dem Lande herrschen, in denen sie eine ungemein gute Wirkung thun: nämlich in der Nervenschwäche, und wenn die Ausdünstung nicht recht gut von statten geht, wenn man die freie Luft fürchtet, zu Flüßen geneigt, schwach und kränklich ist. Das kalte Bad stellet die Ausdünstung wieder her, giebt den Nerven wieder Stärke, und vertreibt folglich alle Unordnungen, welche diese beide Ursachen in den Geschäften des thierischen Lebens veranlaßen. Man muß es vor dem Mittagseßen Gebrauchen. So nützlich aber die kalten Bäder sind, so schädlich ist der angewöhnte Gebrauch der warmen Bäder; sie machen zum Schlagfluß, zur Waßersucht, zu Dünsten, zur Milzsucht geneigt, und man sieht Städte, wo man sie oft gebraucht, durch alle diese Krankheiten entvölkert. „

Fast zu nämlicher Zeit lobte auch Unzer in seiner eben so nützlichen als allgemein beliebten Wochenschrift den Gebrauch der kalten Bäder. a) In dem 128sten Stücke derselben geht er das Alter dieses Gebrauchs durch, und zeigt, daß der Hang hiezu eben sowohl bei den Thieren, als Menschen ein natürlicher Trieb sey. Daß das öftere Baden im kalten Waßer alte Leute mache, erklärt er auf folgende Art: " Die kalten Bäder „ schreibt er, " vermehren die Kräfte des matten Herzens und der festen Theile, und stärken die schlaffen Gefäße; sie befreien das Herz von der Erdrückung, worunter es von der Last des ihm zuströmenden Blutes sonst hätte erliegen müßen, wenn nicht das kalte Bad allen Fäßerchen durch die Zusammenziehung überwiegende Kraft gegeben hätte, den Umlauf des Blutes zu befördern. „ Er thut hernach verschiedentlich derselben Erwähnung, und lobt derselben Gebrauch in vielen, oft höchst gefährlichen Krankheiten. b)

Da nun diese Schriften wegen ihrer angenehmen Schreibart sowohl, als auch wegen dem außerordentlichen Beifall in die Hände sehr vieler kamen,

die

a) Der Arzt, eine Wochenschrift.

b) Man sehe deßen 288, 303 und 311tes Stück.

die keine Aerzte waren, so ward es itzt den Aerzten etwas leichtes, den Gebrauch der kalten Bäder öffentlich einzuführen. Man schrieb nun kühn von dem Gebrauche derselben, als von dem einzigen Rettungsmittel wider die eingerißene Schwäche und Krämpfe; und da täglich diese Krankheiten allgemeiner wurden, so wurde das Anrathen, die kalten Bäder zu gebrauchen, immer dringender. Auch Zimmermann, unser deutscher Celsus, bezeugt in seinem vierten Buche von der Erfahrung, wie nützlich das kalte Verhalten und Baden wider den Schnuppen, Brustflüße, Husten, Kopfweh und Zahnschmerzen sey. "Ich sehe bei uns„ schreibt er, "wie viel Gutes das Waschen mit kaltem Wasser nicht nur überhaupt für die Kinder wirkt, sondern auch, wie leicht sich die zartesten Kinder daran gewöhnen.„ a)

Nun aber kam ein Umstand, der beim ersten Anblicke ganz unbeträchtlich ist, und der dennoch, auch bei dem itzt allgemein gewordenen Zutrauen, ja selbst bei dem Wunsche aller Aerzte, den Gebrauch der kalten Bäder in vielen Ländern aufgehalten hat.

a) Joh. Georg Zimmermann, von der Erfahrung in der Arzneikunst. Zürich, 1764. 4 B. 15 Kapitel, Seite 626.

Die Frage war die geringste von der Welt: Wie soll man sie gebrauchen? Bäche hatte man nicht überall, besonders in Städten. In Flüßen war's zu gefährlich; nebstdem schickte es sich auch nicht für den Wohlstand, öffentlich vor aller Welt sich aus- und anzuziehen. In Wannen sich zu baden, war gegen die Absicht des kalten Bades selbst; denn das stehende Waßer wurde allmählig selbst von dem Körper warm.

Dieß war ein Umstand, der die größte Hinderniß machte. Es gab freilich einige, die darüber nachdachten, öffentliche Bäder auf Flüßen zu errichten; aber das Unternehmen schien ihnen gefährlich zu seyn. An einem schwülen Sommerage dachte man darauf; aber bei nächstkommendem Regenwetter, bei jedem kühlen Winde verging der Gedanke wieder. Langsam schlich so der Sommer weg, und beim Winterfrost ließ sich nun gar nichts von solchen Sachen denken. So schlenderte ein Sommer nach dem andern vorüber, ohne daß der Wunsch der meisten Aerzte und der Wunsch jedes Patrioten in Erfüllung gebracht wurde.

In Frankreich half man sich bald: man heftete zwei Schiffe zusammen, doch so, daß zwischen beiden ein zimlicher Raum blieb, wo das

Waßer

Waßer durchfloß; beide Schiffe bedeckte man, daß sie von oben ein einiges Schiff zu seyn schienen; diese Schiffe stellten sie an einem Orte, wo das Waßer seicht war. Man theilte darauf die Schiffe in Zimmer ein, wo man sich aus- und ankleiden, und dann auf einer Stiege ins Waßer hinabsteigen konnte, um sich zu baden. a) Alles lief gleich hinzu, von diesen so lang gewünschten Bädern Gebrauch zu machen; die Aerzte wurden ihre öffentliche Beschützer; täglich ward der Zulauf stärker, und täglich ward ihr Nutzen durch die auffallendsten Proben bestätiget.

Der Abt Jaquin b) machte in seiner Abhandlung von der Gesundheit, die gleich nach der Errichtung dieser Bäder herauskam, die grösten Lobsprüche darüber: " Ich kann hier diejenigen Bäder „ schreibt er unter andern, " so man erst kurz an der Seine angelegt, nicht genug rühmen. „ Er erwähnt hernach der schönen Wirkungen, so dieselben in sehr vielen Krankheiten gehabt, und räth jedem gesunden Menschen die Bäder als das beßte Präservativmittel an. Die Encyklopedisten c) dringen

a) Dictionaire Encyclopedique art. bains.

b) Abts Jaquins Abhandlung von der Gesundheit, aus dem Französischen. Seite 275.

c) L. c.

sehr stark auf derselben Gebrauch. "Wenn es darauf ankömmt„ sagen sie, "die Fibern zusammenzuziehen, und ihnen den Ton, die Stärke, die sie verloren haben, wieder zu geben, dann ist nichts beßer, als das kalte Bad. „

"Die Kälte des Waßers „ sagen sie weiter unten, "weit entfernt, daß sie die Schweißlöcher der Haut ausdehnen sollte, zieht sie einigermaßen zusammen, verhindert die zu große Ausdünstung, und bringt Ruhe in den Umlauf des Bluts, wofern dieser in Unordnung gerathen; sie zerstört auf diese Art die Ursachen der Krankheiten, welche von dieser Unordnung entstanden sind. „ "Was man noch übrigens von den kalten Bädern bekräftigen kann „ fahren sie fort, "ist, daß der Gebrauch der Bäder in Flüßen, während der Sommerhitze, ein sicheres Verwahrungsmittel gegen die Krankheiten sey, die gewöhnlich in dieser Jahreszeit herrschen. „ a)

Pomme, ein Arzt von Montpellier, gab in seinem trefflichen Werke von den Krämpfen das kühle und das kalte Bad als das beßte Heilmittel in dieser Krankheit an; man findet darin die verzweifeltsten

a) L. c.

feltſten Krankheiten bloß mit dem kalten Bade kurirt. a) Unter andern ſagt er: "Bei der Kur der Krampfzufälle ſind die kalten Bäder ſehr nützlich. In Mutterbeſchwerden, bei dem Erſticken, das ſo ſehr oft damit verknüpft iſt, heben kalte Fußbäder bis an die Knie, oft ſelbſt die kalten Bäder des ganzen Leibes das Uibel ſo, daß es nie wieder kömmt.„ b)

"Das einſeitige Kopfweh„ ſagt er an einem andern Orte, "der ſogenannte Clavus hyſtericus, ein Zufall, den man ſo oft bei Mutterbeſchwerden antrifft, kennt kein beßeres ſpecifices Mittel, als das kalte Waßer über den Kopf umgeſchlagen.„ c) Und ſo geht er alle Zufälle dieſer Krankheiten durch, und bei jedem derſelben lobt er den äußerlichen Gebrauch des kalten Waßers, als des beßten und ſicherſten Mittels. Auch die mediziniſchen Journaliſten erzählen uns die Wunderkuren, ſo mit dem Gebrauche des kalten Bades verrichtet werden ſind. d)

---

a) Traité des affections vaporeuſes des deux ſexes. Lyon, 1767.

b) L. c. pag. 56.

c) Ibidem, pag. 61.

d) Journal de medecine, chirurgie & pharmacie, p. M. Roux. Oct. 1767, & puis Juin 1771.

In Deutschland aber behalf man sich noch immer mit dem Baden in Bächen. Es fand sich niemand, der die Methode der Franzosen nachmachte, vielleicht wollte man sich Zeit laßen, bis man was beßeres erfände. — Und man erfands auch wirklich. Am Rheinstrom fieng man daher an, öffentliche Bäder auf dem Fluße zu bauen, die mitten in demselben auf der Oberfläche des Waßers stunden, und (das Waßer mochte aufschwellen oder abnehmen) immer auf dem nämlichen Orte zum Gebrauche stehen bleiben konnten. Das Gedränge des Volks, sich dieses heilsamen Instituts zu bedienen, das Frohlocken der Aerzte, die itzt endlich einmal ein Mittel gebrauchen konnten, womit sie der überall eingerißenen Nervenschwäche, die eben so sehr den Arzt, als den Kranken quält, Einhalt zu thun im Stande waren — dieß sind offenbare Beweise, daß itzt nicht mehr Verzärtlung, nicht Eigensinn, nicht Dummheit, sondern bloß der Mangel an Gelegenheit die Schuld des Aufschubs gewesen war. Auch von Wien muß ich dieß Zeugniß öffentlich mit Dank und Ruhm geben. Kaum hatte ich meinen Vorschlag der hiesigen Regierung vorgelegt, als jeder Theil, dem derselbe übertragen wurde, mit einem Eifer, woran die ganze Seele Antheil nahm, an der Sache arbeitete. Die hiesige medizinische Fakultät gab darüber den vortheilhaftesten Bericht. "Es ist„ schrieb sie unter

an=

andern, "durch Erfahrungen bestätiget, daß in sehr vielen kränklichen Umständen die kalten Bäder großen Nutzen schaffen, und oft solche Kranke vollkommen herstellen, die lange Zeit andere Mittel fruchtlos gebraucht haben. „

Die Bäder, die ich hier errichtet habe, sind nur in etwas von den Bädern des Rheinstroms unterschieden; doch da ich weiß, daß die Bauart derselben noch nicht allgemein bekannt ist, und da hiedurch ein wesentlicher Vortheil auf das allgemeine Wohl entspringt, so glaube ich, nichts überflüßiges zu thun, wenn ich die innere Einrichtung dieses Gebäudes etwas genauer darlege.

Die ganze Grundlage des Gebäudes ist ein Floß, der aus dicken, rundgelaßnen Bäumen zusammengesetzt, und oben mit aufgelegten Brettern gleich gezimmert ist. Dieser Floß steht dem Strome des Flußes quer gegenüber; doch so, daß alle Bäume gerade mit dem Strome zu liegen kommen. Entweder mit starken Ketten ist er am Ufer des Flußes festgehalten, oder man schlägt starke Pfäler an jeder Ecke des Floßes in den Grund des Flußes, wo dann der Floß, mit einem Ring an den Pfälern angemacht, nie weichen, und doch mit dem Waßer auf- und niedergehen kann, je nachdem das Waßer steigt, oder fällt.

Auf

Auf dem Floße stehen die Badzimmer in zwei Reihen, zwischen welchen auf der Mitte des Floßes der Länge nach ein Gang ist, der mit dem Ufer mittels einer Brücke zusammenhängt.

Die Zimmer haben ihre Thüren auf den Gang hin; in jedem derselben ist an der einen Seite des Bades eine Oeffnung in Form eines länglichten Vierecks, durch welche man mittels einer Stiege in einen geräumigen, am Boden des Zimmers festgemachten Kasten ins fließende Waßer hinabgeht; dieser Kasten kann nun tiefer oder seichter ins Waßer gelaßen werden, je nachdem man durch die an seinem Eckpfosten angebrachten Löcher, und am Boden des Zimmers ebenfalls angeschraubten eisernen Ringen, welche auf diese Löcher anpaßen, einen eisernen Nagel durchzieht: denn der Kasten muß auf diese Art an dem Boden festgehalten werden, weil er vom Waßer sonst immer in die Höhe steigt. Da er auch alle Abende herausgenommen werden muß, um von dem sich allenfalls angesetzten Schlam gereinigt zu werden, so muß er nur locker in der Oeffnung hangen. Dieser Kasten aber kann nach Belieben des Unternehmers breiter oder schmäler, länger oder kürzer gemacht werden; die meinigen sind in allem 5 Fuß lang, 3 breit und $4\frac{1}{2}$ Fuß tief. Unten hat jeder Kasten einen festen Boden, der aber doch durchlöchert seyn muß. Die Seitenwände derselben

selben bestehen aus nicht zu dicken, in Form eines Gitters von einander abstehenden Balken, durch welche das Waßer beständig aus- und einrinnen kann. Nebst diesem ist derselbe von außen mit eisernen Bändern und eisernen Reifen festgehalten, deren zwei bei deßen breitem Theile und einer bei deßen schmalem Theile um den ganzen Kasten herz umgehen: so daß sich diese drei Reife unter dem Boden des Kastens durchkreuzen, und so denselben unbeweglich mitten im Strome des Waßers hangend erhalten. Diese Oeffnungen der Badkästen können, damit nicht das Waßer des einen Bades auf das des gegenüber stehenden Zimmers fließe, schiefwärts gegenüber stehend angebracht werden.

Der ganze Oberbau muß so leicht seyn, als immer möglich ist; die Wände einfach, und das Dach von starker angespannter Leinwand gemacht werden; ja wenn der Floß dennoch durch diese Gewalt der Last tiefer ins Waßer zu sinken drohen sollte, dann ist nichts beßer, als man hefte vorne und hinten große und breite Schiffe an, und hebe vermittelst zweier starken Bäume, die von einem dieser Schiffe auf das andere liegen, den ganzen Badfloß in die Höhe, so daß er auf diese Art ganz auf den zweien Schiffen ruhe.

Nebst

Nebst dieser Einrichtung habe ich noch ein großes Bad verfertigen laßen, wovon der in den Fluß hangende Badkasten bei der nämlichen 4 Fuß großen Tiefe 3 Klafter lang und 1½ Klafter breit ist, wo also nicht allein mehrere Menschen zugleich baden können, sondern wo man auch schwimmen und sich hineinstürzen kann.

Die Bauart dieses Badgebäudes ist dieselbe. Ein aus Brettern gezimmertes Floß macht die Unterlage und den Grund deßelben aus; in der Mitte ist das Loch zum Badkasten gelaßen; um daßelbe herum ist ein Raum, der nach Belieben größer oder kleiner seyn kann, und zum aus- und ankleiden bestimmt ist; allenfalls kann auch dabei ein Zimmer gemacht werden. Der ganze Raum wird dann mit Brettern umgeben, welche die vier Wände ausmachen, worüber das Dach gesetzt wird. Je leichter dieß alles eingerichtet ist, desto beßer ist es. Diese Art Badgebäudes hat wegen der Wohlfeile und wegen des großen Raums, sich bequem zu bewegen und im Schwimmen zu üben, viele Vortheile, ob es gleich von vielen Menschen, die schamhaft sind, und sich deshalb nicht gerne in Gesellschaft baden wollen, gemieden wird. Die einzige Unbequemlichkeit dabei ist, die Beschwerlichkeit und fast gänzliche Unmöglichkeit, den Badkasten täglich aus dem Waßer zu heben, welches

doch,

doch, um ihn von dem Schlamm zu reinigen, der sich vom Flußwaßer allmählig auf den Boden abseßt, nothwendig ist. Es muß daher täglich ein ausgekleideter Badknecht hineinsteigen, und die Reinigung so, wie der Kasten im Waßer hängt, verrichten.

Ich habe auch noch seit ein Paar Jahren mit besondern gutem Erfolge Sprißbäder eingeführt, worin sich nämlich der Badende, ehe er ins Bad gehet, von oben herab mit Waßer besprißen läßt, das nach Belieben, von dem feinsten Waßerstaub an, bis zu den größten Tropfen auf den Körper strömt. Da dieses eine ganz neue Art von Bad ist, das in verschiedenen Umständen vorzüglichen Nußen gewährt, so werde ich davon in folgendem Abschnitte, wo von verschiedenen Arten der Bäder die Rede ist, besonders handeln.

Drit-

Dritter Abschnitt.

Die verschiedenen Arten, das kalte Bad zu brauchen.

I. Bäder einzelner Theile.

Es giebt oft Fälle, wo nicht der ganze Körper, sondern nur einzelne Theile kalt gebadet zu werden brauchen; ja es giebt Fälle, wo sie es müßen. Es giebt sehr viele Krankheiten, wo das Umschlagen des kalten Waßers auf einzelne leidende Theile die trefflichsten Wirkungen thut, und wo bei fruchtloser Anwendung aller andern Mittel das einfache kalte Waßer die einzige Hülfe gewesen ist. So macht man mit Nutzen Umschläge von kaltem Waßer in der Hirnwuth, im Sonnenstich, im Wahnsinne, in der Epilepsie, in der Schwäche der Augen, in langwierigen Entzündungen derselben, und vielen andern Krankheiten, die von örtlicher Schwäche oder Entzündung herrühren. Man hat eigens von Glas und Porcelän verfertigte Gefäße, welche mit

kaltem

kaltem Waßer zu diesem Gebrauche angefüllt und ans Auge gehalten werden.

Man macht Umschläge mit kaltem Waßer um den Hals, die Brust, den Unterleib und die Geburtstheile; badet in verschiedenen Krankheiten die Hände und Füße in kaltes Waßer mit Nutzen. Am meisten werden die kalten Fußbäder in Müdigkeit und Schwäche der untern Gliedmaßen mit Vortheil gebraucht, wo sie noch dazu durch Mittheilung der erfrischenden Kälte und Zusammenziehung der übrigen Gefäße auf den ganzen Körper eine heilsame Wirkung haben. Viele Menschen können anderer Umstände wegen nicht mit dem ganzen Körper ins kalte Waßer gehen; diesen ersetzt doch immer das kalte Fußbad zum Theil den Mangel des ganzen Bades, und kühlt nicht allein, sondern stärkt auch den ganzen übrigen Körper. In der folgenden Abtheilung kommen viele Krankheiten vor, wo der äußerliche Gebrauch des kalten Waßers auf einzelne Theile die trefflichsten Wirkungen geäußert hat.

II. Das gewöhnliche kalte Bad.

Gewöhnlich geht der Mensch, wie alle andere Thiere, wenn er sich badet, allgemach mit den Füßen in den Fluß. Es ist daher die natürlichste Art, sich kalt zu baden, wenn man nach und nach die Füße zuerst

ins Waßer seßt, und so allmälig tiefer hineingeht, bis endlich der ganze Körper im Waßer ist.

Dieses wird auch immer die allgemeinste Art bleiben, sich im Sommer abzukühlen, die matten Glieder zu stärken, und sich von Krankheiten zu befreien. Da die Füße durch unsere Kleidung und Schuhe immer stark bedeckt und warm gehalten sind, so thut ihnen die erste Berührung des kalten Waßers allzeit etwas wehe; um dieses zu verhindern, nimmt man einige Hände voll Waßer, und wischt sich damit die Füße, wodurch sie abgekühlt und allmälig zu dem Grade der Kälte, die das Waßer hat, gewöhnt werden; denn daß diese schmerzhafte Empfindung der Kälte bloß eine Folge der gewöhnten Bedeckung ist, sieht man daraus, weil man in eben dem Waßer, welches den Füßen anfangs unerträglich kalt ist, die Hände ganz leicht hineinhalten kann, ohne etwas anders, als eine angenehme Kühle zu empfinden. Sobald man die Füße mit einigen Handvoll Waßer gewaschen hat, laßen sie sich ganz leicht ins Waßer thun; man wäscht alsdann immer weiter den obern Theil des Fußes, der itzt ins Waßer kommen soll, um auch diesem die Kühle des Waßers beizubringen, und so, wenn dieser im Waßer ist, wieder den nächsten Theil; und dieß so lange, bis der ganze Körper im Bade ist, welches kaum einige Minuten Zeit braucht. Daß dabei das Gesicht ebenfalls gewaschen wer-

werden soll, brauche ich nicht zu erinnern: denn es würde thöricht seyn, wenn man in dem Element der Reinigung und Abkühlung denjenigen Theil abzuwaschen unterließe, der am meisten schwitzt, am meisten dem Staube ausgesetzt ist, und deßen Abkühlung die beßte Erquickung und Munterkeit dem Geiste giebt. Daß aber bei Unterlaßung dieser Vorsicht das kalte Bad schaden könne, oder daß man gar den Kopf nothwendig zuvor kalt waschen müße, wie einige glauben, das ist ein ganz irriger Wahn, dem ein reifes Nachdenken über den Bau des Körpers und die Erfahrung völlig widersprechen. Man hat ein blendendes, auffallendes Argument für diesen Wahn, der dem Nichtdenkenden so wahrscheinlich wird, daß er nicht einmal an der Richtigkeit deßelben Zweifel hat. Das kalte Waßer, sagt man, ziehe die Adern zusammen, hemme den Blutumlauf in den Theilen, welche im Waßer sind: das Blut häufe sich daher in denjenigen Theilen, welche außer dem Waßer sind, und folglich, wenn man mit den Füßen ins Bad geht, im Kopfe an. Die Krankheiten, welche daraus folgen, denkt sich jeder selbst: Kopfwehe, Schlagfluß, Zuckungen und alle mögliche Uibel, welche von Anhäufungen und Stockung des Blutes im Kopfe herrühren, sind die gemeinsten. Die ganze Behauptung aber ist völlig irrig. Bei dem Eintauchen des Körpers in das Waßer wird die Haut in den äußern Theilen etwas

zusammengezogen, doch aber nicht so viel, daß ein um dieselbe gezogenes Band nur merklich lockerer werden sollte; die innerlichen Fleischtheilchen aber behalten ihre natürliche Wärme, bis auf diese kann die Kälte des Waßers, auch bei dem längsten Aufenthalt darin, nicht dringen. Es werden also die Gefäße der Haut und der nächst unter ihr liegenden Theile von der Kälte zusammengezogen, und das Blut wird in ihnen mehr gepreßt; die tiefer liegenden Adern aber und alle Pulsadern bleiben in einer unveränderten Wärme. Nun weiß man aber, daß das Blut in den Adern durch die Hitze sehr rareficirt wird, es verliert daher durch den engen Raum der Adern, indem es durch die Kälte selbst zusammengezogen wird, nichts, und wenn auch wirklich der Raum vollkommen enger würde, so geht das übrige Blut in die tiefer liegende Adern, die es ganz füglich aufnehmen. Ich habe meinen Puls zu verschiedenen Zeiten, im Bade, gleich im Anfange des Badens, und auch dann, wenn ich einige Zeit darin zugebracht, gefühlt, aber niemals einige Veränderung wahrgenommen, ich mochte die Füße oder den ganzen Körper darin haben. Es leidet daher der Umlauf des Blutes bei diesem gewöhnlichen Bade gar nichts.

Wenn es aber auch wahr wäre, daß sich das Blut aus den Adern der kalt gewaschenen Theile

zurück-

zurückzöge, so würde dieß gewiß denjenigen am meisten schaden, welche den Kopf kalt waschen; indem sie sich dadurch, anstatt das Gehirn von Blut zu entladen, daßelbe damit anfüllen würden: Denn durch die an die äußere Hirnschale angebrachte Kälte, wodurch sich das Geblüt zurückziehen sollte, müßte das Blut gehemmt werden, in die äußere Carotis zu fließen; es würde daher in die neben ihr liegende innere Carotis strömen, die tief unter dem warmen Fleisch liegt, und innerhalb der Hirnschale zum Gehirn geht, wo die äußere Kälte gewiß so bald nicht hineindringen kann. Da würde alsdann in Wahrheit eine vollkommene Anhäufung des Geblütes im Gehirn und mit ihr alle die fürchterlichen Uibel entstehen, die man grade hat vermeiden wollen. Zum Glücke aber ist die ganze Theorie, daß das Blut aus dem kalt gebadeten Theile zurücktrete, nicht wahr. Eine Wirkung, die man täglich beim kalten Waschen empfindet, verhindert diese Ungleichheit des Kreislaufs; die aber eben, weil sie täglich beobachtet werden kann, übersehen und übergangen wird: Wenn man bei erhitztem Körper die Hände oder das Gesicht, oder sonst irgend einen Theil des Körpers mit kaltem Waßer wäscht, dann empfindet man eine Abkühlung durch den ganzen Körper; der Schweiß mindert sich, das erhitzte rothe Gesicht wird bläßer, das Athemholen freier, und die vorher

fast unerträgliche Hitze des ganzen Körpers verliert sich beinahe plötzlich.

Woher diese Wirkung auf den ganzen Körper, da bloß ein Theil deßelben mit kaltem Waßer berührt wird? Wenn die Kälte des Waßers bloß auf den Theil wirkt, den es berührt, so müßten ja die übrigen Theile noch mehr mit Blut angehäuft und noch mehr erhitzt werden; wovon man aber das Gegentheil sieht. Es geschieht folglich bei dem kalten Baden einzelner Theile eine ganz andere Wirkung auf den übrigen Körper, und anstatt, daß die übrigen Theile dadurch mehr erhitzt werden sollen, werden sie kühler, und anstatt, daß die Adern an andern Theilen mehr anschwellen sollen, ziehen sie sich zusammen. Es kann also keine Behauptung der offenbaren Erfahrung mehr widersprechen, als diese. Die Ursache dieser Wirkung liegt in der Mitleidenschaft der Nerven, die nirgends auffallender als hier seyn kann. Die Nerven des kalt gewordenen Theils theilen die Empfindung der Kälte dem ganzen Körper mit; so wie in dem einzelnen vom Waßer selbst berührten Theile ziehen sich alle Adern des Körpers enger zusammen, und die Wirkungen der Kühlung äußern sich überall: der Orgasmus des Blutes, den die Wärme erzeugte, vielleicht auch die Rarefaktion deßelben, nehmen itzt bei entgegen-

ge-

geseßter Ursache ab, und überall im Körper äußern sich die Wirkungen der Kühle.

Ich habe mich hier etwas länger aufhalten müßen, um ein Vorurtheil zu bestreiten, das um desto allgemeiner ist, da es selbst große Aerzte für wahr halten, und wodurch man zu Vorsichten verleitet wird, die anstatt zu nüßen, oft höchst gefährlich werden.

Bei den häufigen Erfahrungen, die ich hierüber gemacht habe, habe ich allzeit die beßte Wirkung von dem ganz einfachen Hineingehen ins Bad gesehen, und nie habe ich die mindeste Erhißung oder Röthe des Gesichts, oder sonst ein Zeichen der Blutanhäufung im Kopfe bemerkt. Im Gegentheil habe ich gefunden, daß dieses die beßte Art ist, das kalte Bad mit Nußen zu gebrauchen; daß hiedurch der Körper allgemach abgekühlt, und nach und nach zu der Kälte des Waßers gestimmet wird, die er, wenn alle Theile im Waßer sind, empfinden muß, besonders wenn man das Bad auf die Art braucht, wie im Anfang dieses Absaßes gesagt worden.

Die Zeit des Aufenthalts im Bade ist ungleich, und wird durch die Wärme der Luft und des Waßers und durch die Beschaffenheit des Körpers bestimmt.

An einem heißen Tage kann ein sonst gesunder, nicht magerer Mensch über eine viertel, bis zur halben Stunde im Fluße bleiben. Je kühler der Tag ist, desto kühler ist auch das Flußwaßer, und desto kürzere Zeit muß man auch darin baden: zehn Minuten bis zur viertel Stunde sind alsdann genug.

Leute, die sehr fett sind, können und müssen längere Zeit im Bade bleiben, als magere. Letztere dürfen, auch in den heißesten Tagen, nicht über eine Viertelstunde im Fluße verweilen. Ich habe gefunden, daß Frauen, wenn sie über eine halbe Stunde lang im Fluße sind, sich am beßten befinden; da Männer in solcher Zeit zu frieren anfangen. Dieß scheint daher zu kommen, weil ihr Körper fetter ist, als der Männer. Alte Männer müßen kürzere Zeit im Bade bleiben, als junge Leute; erstere müßen vor einer Viertelstunde schon aus dem Bade gehen.

Je öfter man badet, desto mehr gewöhnt sich der Körper zur Kälte des Waßers, und desto längere Zeit kann man im Bade bleiben, selbst bei kühlerer Witterung. Eine volle halbe Stunde ist aber meistens genug.

Im Bade ist es gut, wenn man den Körper bewegt, und alle Muskeln agiren läßt. Man fühlt

ein

ein Wohlbehagen in diesen Bewegungen, das die beßte Anzeige ihrer gesunden Wirkung ist. Jedes Glied bewege man in allen möglich verschiedenen Wendungen, reibe sich auch selbst den Körper, um den klebrichten Schmutz der Haut auszudrücken und wegzubringen, der die Schweißlöcher verstopft.

Nach dem Bade muß man sich trocknen und auch nun ist wieder das starke Reiben des Körpers gut: es zieht das Blut nach außen hin, welches durch die Kälte in die tiefern Gefäße sich zurückgezogen hatte, reißt den Umlauf der stockenden Säfte, die nun von den gestärkten Gefäßen leichter ausgepreßt werden, und reibt zugleich den Schmutz der Haut weg, der sich im Waßer allein nicht abspühlen ließ.

Das Einschmieren mit wohlriechenden Salben nach dem Bade ist ein Gebrauch, der sich vom einfachen Gesetze der Natur entfernt, und naht sich der Weichlichkeit zu sehr, um Empfehlung zu verdienen. Anstatt die Glieder, wie man glaubt, geschmeidig zu machen, verstopft es die Schweißlöcher, und überzieht die Haut mit einem Schmutze, der, seines Wohlgeruchs ungeachtet, immer Schmier und Schmutz bleibt.

Eine leichte Bewegung ist nach dem Bade zuträglich: das Geblüt wird dadurch in beßeren Um-

lauf erhalten, die Nerven üben ihre neue Kräfte mit erquickender Erwärmung aus; die Luft strömet mit angenehmer Erneuerung immer frisch um den Körper, und der Geist erhält sich in der ihn belebenden muntern Stimmung, worin ihn das Bad gesetzt hat. Wo aber das Bad wegen Blutflüßen, Entzündungen oder sonstigen Umständen gebraucht wird, bei denen Bewegung und stärkerer Umlauf des Blutes schadet, da muß man nach dem Bade einige Zeit ruhig im Bette liegen bleiben; ja selbst das Schwitzen nach dem kalten Bade hat man in einigen Fällen sehr nützlich befunden, wie dieses van Swieten schon beobachtet hat.

III. Das Sturzbad.

Das plötzliche Einstürzen ins Waßer hielt man schon lange in einigen Krankheiten für nützlich. Man hoffte mit Recht, daß die heftige Erschütterung, welche dadurch der ganze Körper leidet, eine eben so starke Veränderung verursachen müße. Schon Celsus hat daßelbe in der Waßerscheu angerathen, und beschreibt es als das einzige Mittel, diese fürchterliche Krankheit zu heilen. Boerhave und viele andere große Aerzte rathen es nach ihm an. Man brauchte es auch in vielen Ländern als ein allgemein anerkanntes Mittel in dieser Krankheit, jedoch immer als ein verzweifeltes Mittel, das nur der

außer-

außerordentlichen Heftigkeit dieser Krankheit anpaßend ist. Seit zwanzig Jahren aber, wo das kalte Baden allgemeiner geworden ist, ist auch das Einstürzen ins kalte Waßer mehr in Gebrauch gekommen.

Die Geschwindigkeit, womit man beim Stürzen die Unannehmlichkeit der Kälte überstand, machte viele entschloßen, daßelbe dem allmäligen Hineingehen vorzuziehen. Nun kam noch die Meinung hinzu, daß das Blut beim gewöhnlichen Kaltbaden in den Kopf steige; man wählte daher das Gegentheil: kehrte den Körper um, und stürzte mit dem Kopf zuerst ins Waßer, wo denn das Geblüt sich nach Belieben in die Füße ziehen konnte, und so wurde das Stürzen nun überall als die beßte Art, das kalte Bad zu gebrauchen, angenommen.

In Orten, wo keine Flüße, noch Bäche sind, und die daher kein von der Sonne erwärmtes Waßer haben, worin man sich einige Zeit verweilen und baden kann, da ist ein Behältniß mit kaltem Brunnenwaßer, wo man sich hineinstürzt, und gleich wieder hinausgeht, immer einiger Ersatz, das kalte Bad auf solche Art zu brauchen; nur braucht es mehrere Einschränkungen und mehr Vorsicht, und kann nicht so unbedingt von jedem gebraucht werden, als das kalte Bad in Flüßen und Bächen.

Da

Da es aber doch viele Fälle giebt, wo das Einstürzen platterdings vortheilhafter und nützlicher als das gewöhnliche Bad ist; da es dem gewöhnlichen Schwimmer ebenfalls nicht schädlich und ungemein angenehmer ist, so kann man auch auf dem Fluße ein solches Sturzbad verfertigen, wobei man den Vortheil hat, daß man nach dem Einstürzen einige Zeit im Bade sich aufhalten kann, um den Nutzen des kalten Waßers desto länger zu erhalten. Das beßte Sturzbad ist ein sicherer, nicht tiefer Ort in einem Fluße, Teiche oder im Meere. Weil aber diese Gelegenheiten selten sind, auch an sich selbst viele andere Unbequemlichkeiten haben, so hat die Kunst diesem allen auf eine sehr leichte Art abgeholfen, so daß man nun nicht allein im Fluße auf eine ganz sichere, anständige und mit allen Bequemlichkeiten versehene Art das Sturzbad brauchen, sondern es sich auch in jedem Hause, in jedem Garten verschaffen kann.

Zum Sturzbad wird erfordert ein Raum von 5 — 6 Klafter lang, und 2 — 3 Klafter breit, deßen Tiefe 5 — 6 Fuß hält. Dieser Raum wird mit Waßer gefüllt, das 4 bis 5 Fuß hoch seyn muß. In der Ecke einer der schmälern Seiten des Bades ist eine kleine Stiege, auf welcher man aus dem Waßer gehet. Je klärer und kälter das Waßer ist, für desto beßer wird es gehalten. Uiber die Mitte

des Bades hängt von oben herab ein Seil, das bis zum Waßer reicht, und unten in eine Schlinge umgebunden ist. Etwa drei Schuhe von dem herabhangenden Ende des Seils ist ein anderes festgebunden, das 2 bis 3 Klafter lang ist. Der entkleidete Stürzende stellt sich an dem einen schmalen Theil des Bades der Stiege gegenüber, nimmt das hängende Seil in seine Hände, und hält es in der Schlinge fest. Ein Bedienter nimmt indeßen das daran festgemachte Seil, und stellt sich an das andere schmale Ende des Bades dem Stürzenden gegenüber; dieser biegt nun seinen Körper allgemach vorwärts, senkt seinen Kopf zwischen seine Arme, die beständig das Seil festhalten, herunter, und fällt so mit dem Kopf herab ins Waßer. Das Seil, woran er sich immer festhält, zieht ihn schon von selbst in die Mitte des Bades, wo ihn denn der Bediente, indem er nun mit seinem Seil anzieht, zur entgegen gesetzten Seite aufwärts zur Stiege leitet, worauf er sodann gleich aus dem Waßer geht. Das Ganze dauert kaum eine viertel Minute. Dieses Stürzen wird ein-, zwei- auch dreimal wiederholt, nach Verschiedenheit der Stärke, Gewohnheit und Lust des Badenden. Stürzt man sich aber in einem Fluße oder Teiche, dann kann man nach dem Sturze länger, und zwar so lange, wie jeder andere gewöhnlich Badende, im Bade bleiben, weil das

Waßer

Waßer nicht so kalt, als das Brunnenwaßer ist. Der Bau eines Sturzbades auf einem Fluße ist der nämliche, wie der des gewöhnlichen Bades; nur muß der in dem Waßer hängende Kasten wenigstens 5 — 6 Klafter lang und 2 — 3 Klafter breit seyn. Je länger der Raum ist, desto bequemer ist das Bad, weil man denn zugleich sich im Schwimmen üben kann. An dem einen Ende ist eine kleine Stiege, und in der Mitte hängt von oben herab das Seil, woran sich der Stürzende hält, eben so wie beim Stürzen in einem Bade von Brunnenwaßer.

Die Wirkung des Stürzens ist immer sehr groß. Die plötzliche Versetzung des ganzen Körpers in einen ganz andern Element, die schauernde Kälte, die nun auf einmal den Körper durchdringt, die Hemmung des Athems, wodurch alle Sinne betäubt werden, der viele Centner schwere Druck von allen Seiten her, und das alles auf einmal in einem Augenblick muß ganz natürlich die stärkste Erschütterung auf die Nerven machen. Die plötzliche Stockung der ganzen Blutmaße, die Zurücktretung des Blutes aus allen Adern der äußern Theile, die Entleerung derselben, die Anhäufung des Blutes in den innern Theilen, besonders im Kopfe und in der Brust, und die Folgen aller dieser plötzlichen Ereigniße verbunden mit der Bangigkeit,

gigkeit, die eine Folge des gehemmten Athems ist, müßen auf den Kreislauf des Blutes und aller übrigen Säfte die gewaltigsten Wirkungen äußern, woraus man die guten und auch schlimmen Folgen abnehmen kann, die das Stürzen hervorzubringen im Stande ist. In der Epilepsie, in allen Arten von konvulsivischen Krankheiten und Krämpfen, wo unordentliche Bewegungen der Nerven entweder ganz oder wenigstens zum Theil der Krankheit ausmachen, bringt es sehr oft die erwünschtesten Veränderungen hervor, wie dieß die tägliche Erfahrung bestättiget. Nur darf der Körper weder zu blutreich, noch zu sehr von Blut entleert seyn, sonst können auch fürchterliche Folgen daraus entstehen. Im ersten Falle werden die Adern der innern Theile mit dem sich darin anhäufenden Blute oft überladen und zerrißen; im leßtern zieht sich das wenige Blut vollends aus allen äußern Theilen nach den innern zurück, und die wenige Wärme des Körpers verfliegt ganz. Ich habe junge Leute gesehen, die nach öfterm Gebrauch des Sturzbades wie vom Schlage getroffen zu seyn schienen, und nur mit vieler Mühe durch öfteres Aderlaßen wieder zu sich kamen; und sahe andere, die schwach und arm an Blut waren, in tödtliche Ohnmachten verfallen.

IV. Das Spritzbad.

Seit einigen Jahren, vermuthlich wegen einigen üblen Folgen des Stürzens, hat man angefangen, den Körper auf eine gelindere und minder gefährliche Art von oben herab plötzlich zu benetzen, und diese Art des Bades wird das Spritzbad genennt. Der ganze Körper wird dadurch auf eine gelindere Art naß, empfindet die Kälte des Waßers nur allgemach, und wird durch das plötzliche, aber in demselben Augenblick wieder wegfallende tropfenweise Berühren des Waßers allmälig abgekühlt, und zum Eingehen ins Waßer vorbereitet. Da hiedurch der ganze Körper und besonders der Kopf, welcher mit einer taffetenen Haube, die mit Firniß überzogen ist, bedeckt seyn kann, um die Haare nicht zu benetzen, auf gleiche Art abgekühlet wird, und den Grad der Badkälte schon zum voraus erhält, so hat man auch nicht mehr zu fürchten, daß das Blut beim Eintritte ins Bad zum Kopf steige, welches aber auch schon überhaupt ein falscher Wahn ist, wie bereits im vorhergehenden Abschnitte erwiesen worden ist. Die Einrichtung dieses Bades ist folgende: man bringt oben über dem Bade einen Waßerbehälter an, in dem man durch eine Pumpe oder durch bloßes Hineinschütten Waßer bringt. Je höher, weiter und größer der Behälter ist, um

desto stärker ist das Herabströmen des Waßers und deßen Anprellung auf den Körper. Am Boden des Behälters ist ein Loch gebohrt, worin eine blecherne Röhre steckt, deren Oeffnung mit einer durchlöcherten Platte bedeckt ist, so wie sie an den Gießkannen zu seyn pfleget, womit man auf Bleichen die Leinwand begießet. Die Platte kann nun größer oder kleiner, flächer oder runder seyn, wie man will. Die meinigen sind 6 Zoll breit und $1\frac{1}{2}$ Zoll lang, und tief ausgerundet. Man läßt deren einige mit kleinern und andere mit größern Löchern machen. Ich habe deren, wo die Löcher kaum ein Haar groß sind, und andere, wo sie 2 — 3 Linien im Durchmeßer haben. Nach Verschiedenheit der Löcher fällt das Waßer wie Staub oder wie der stärkste Schauerregen herab. In dem Behälter ist ein auf das eingebohrte Loch in der Röhre eigens eingegoßener und an einer Seite deßelben in einer Scharnier festgemachter kupferner Ventilstopfel, welcher genau paßt, damit nichts von dem Waßer herauskömmt. An dem Ventil ist ein Drath festgemacht, welcher aus dem Behälter herausgeht, und an diesem ist eine Schnur, die auswärts herabhängt. Zieht man nun die Schnur an, so wird mittelst des Draths der Ventilstopfel in die Höhe gezogen, das Waßer dringt sodann in die Röhre, und strömt durch die Oeffnungen der blechernen Platte heraus. Soll das Spritzen aufhören, so läßt man die Schnur los, wo denn der

Ventilstopfel sogleich wieder niederfällt, die Röhre verstopft, und den Ausfluß des Waßers hemmt.

V. Das Schwimmen.

Keine Kunst ist dem Menschen so natürlich, als die zu schwimmen. Es scheint, die Natur habe sie demselben, so zu sagen, angebohren, um ihn vor den vielen Gefahren, denen er ohne diese Geschicklichkeit ausgesetzt seyn würde, zu sichern, und ihm zugleich ein leichtes und angenehmes Mittel zu verschaffen, seine Gesundheit zu erhalten. Wir sehen daher den Wilden so gut im Waßer als auf der Erde herumwandeln; der stärkste Fluß hält ihn in seinem Wege nicht auf; er wirft sich hinein, schwimmt durch, und verfolgt seinen Weg, selbst mit den schwersten Lasten beladen. Wie geschickt sind nicht besonders die Hottentoten in dieser Kunst: sie schwimmen aufrecht, und halten die Hände über dem Waßer ausgestreckt, als wenn sie auf der Erde gieugen. Im größten Sturme und bei aufgethürmten Wellen sieht man sie auf dem Meere wie leichtes Pantoffelholz herumschwimmen.

Alle unsere Landleute, die an Seen oder Flüßen wohnen, üben sich von Jugend auf im Schwimmen, und man sieht oft ganze Schwärme von Bauern, an heißen Sommertagen zu ihrer Belustigung und

Abkühlung im Waßer herumschwimmen. Nur unter den verfeinerten Menschen, besonders in Städten, ist diese natürliche Geschicklichkeit zu einer beschwerlichen Kunst geworden; doch das ist nicht die einzige Ungeschicklichkeit, die wir vor den rohen Leuten voraus haben.

Ich glaube jedoch, daß es immer noch manchen nicht unangenehm seyn wird, wenn ich hier eine kleine Abhandlung über die Art, in einigen Tagen schwimmen zu lernen, einrücke. Herr Roger, ein berühmter französischer Schwimmer, ist Verfaßer derselben. Vorher aber will ich noch einige Maschinen beschreiben, welche man ersonnen hat, um sich beim Schwimmen übers Waßer zu erhalten, und die man insgemein Scaphander nennt. Von dieser Art ist der Bachstromische Curas. Er besteht aus vier Platten Pantoffelholz, die ungefähr 10 Pfund wiegen. Jede Platte kann 6 Zoll breit und 1 Schuh oder 14 Zoll lang seyn. Man näht sie in Leinwand ein, so daß sie einer Unterweste ohne Aermel gleichen. Zwei Platten kommen auf den Rücken und zwei auf die Brust; wo die Arme herausgehen, werden ebenfalls zwei kleine Platten von Pantoffelholz unter die Arme gemacht, so daß eine Platte oben und die andere unter der Achsel zu liegen kommen. Das Ganze wird einer Weste gleich gemacht, die man mit Knöpfen oder Bändern

sich um den Leib festmacht, und welches nicht bis unter die Lenden reichen darf; es muß daher die Länge der Platten nach der Länge des Körpers gerechnet werden; um den Leib muß man einen Riemen binden, und den Curas daran festmachen, weil er sich sonst hinauf bis an den Hals schiebt, und den Leib tiefer ins Waßer sinken läßt.

Der Scaphander des Abbé de la Chapelle besteht aus einer langen Weste, woran sechs 2 Zoll dicke und breite Striemen von Pantoffelholz festgenähet sind, welche um den ganzen Leib gehen, und 1 Zoll weit von einander abstehen. Hinten ist unterher ein Riemen, der ebenfalls mit Stücken Pantoffelholz besetzt ist, festgemacht, und der zwischen die Füße durch, vorne an der Weste angeknöpft wird.

Will man sich so viele Unkösten und Mühe nicht machen, so bindet man auch nur zwei Bündel Rohr an die zwei Enden eines Riemens fest, daß sie ein oder anderthalb Schuhe weit von einander abstehen. Der Schwimmende legt sich mit der Brust auf den Riemen, und läßt die zwei Bündel Rohr unter die Achseln durch: da das Rohr immer über dem Waßer bleibt, so hält es den Körper ebenfalls oben.

Man hat zwar noch mehrere Arten von Scaphanders; alle aber kommen in den meisten Stücken

mit den zweien hier beschriebenen mehr oder weniger überein.

Uiberhaupt aber ist es beßer, wenn man sich beim Erlernen des Schwimmens dieser Instrumente nicht bedient: weil man sich sehr leicht daran gewöhnt, und es einem hernach sehr schwer wird, ohne sie, wie es die Absicht erfordert, zu schwimmen.

Unterricht zur Erlernung der Schwimmkunst.

Ohne sich untertauchen zu können, kann man nie ein guter Schwimmer seyn; und meistentheils werden diejenigen, welche bloß schwimmen gelernt haben, ihr ganzes Leben hindurch einen nicht selten höchst nachtheiligen Abscheu für das Untertauchen behalten. Ich rathe also, mit dem Untertauchen den Anfang zu machen, weil ich es für das einzige Mittel halte, mit dem Waßer wirklich vertraut zu werden.

Der Lehrling des Untertauchens suche sich dazu einen Ort, wo ihm das Waßer bis an die Knie reichet. Er seße sich hinein, und reiche die Hände einem Gefährten, der sich ihm mit ausgespreißten Füßen, damit seine, die geschloßen sind, dazwischen ruhen können, aufrecht gegenüber gestellt hat. Dieser muß ihn bei der Hand halten, während dem er sich rückwärts niederläßt, und sobald das Waßer

sein Gesicht bedeckt, ihn wieder in die Höhe ziehen. Diese Uibung muß er so oft wiederholen, bis er sich allein, bloß durch Beihülfe seiner Hände, niederlaßen und erheben kann; welches oft schon nach der ersten Stunde statt hat.

Aber er hüte sich, daß er sich nicht etwa unvermuthet abwechselnd mit seinem Gefährten ins Waßer tauche, oder sich gar aufs Gesicht ins Waßer werfe, so lange er noch nicht mit diesem Elemente vertraut geworden. Diese Scherze erzeugen zuweilen eine Furcht, die man nicht immer, selbst nicht bei der beßten Einsicht, besiegen kann.

Endlich wird er sich gewöhnen, auf dem Bauch zu schwimmen; wenn er nur dabei beobachtet, die Schenkel auszustrecken, den Körper grad, die Arme voraus in gleicher Richtung mit dem Körper, und das Gesicht genau nach der Erde gekehrt zu halten. Um sich zu erheben, muß er sich auf die Hände stützen, und den Körper allmälig und nicht übereilt erheben, so daß seine Arme mit dem Körper einen Winkel bilden, der nach und nach kleiner wird.

Der Gebrauch, sich die Nase zu verstopfen, taugt nichts, und es ist genug, wenn man den Athem anhält, welches jeder von selbst kann. Die kleine Menge Waßer, welche durch die Nasenlöcher

dringt,

dringt, verursacht keine Beschwerde, und man bemerkt es kaum, wenn sie eindringt. Mit den Ohren ist es etwas anders. Das Waßer, welches sie aufnehmen, verursacht eine kleine aber vorübergehende Taubheit, denn ehe man es sich versieht, werden sie von selbst wieder davon entleert, und das Gehör erhält seine vorige Stärke wieder. Inzwischen thun empfindliche Personen doch gut, wenn sie Baumwolle in die Ohren stecken, die erst in Oel getränkt, und dann wieder stark ausgedrücket worden.

Oeffnet man die Augen in einem sehr sandigen Waßer, so wird man, wenn man an die Luft kömmt, ein leichtes Beißen darin empfinden; dieß hat jedoch nicht statt, weun das Waßer klar gewesen. Auf allen Fall aber muß man die Augen im Waßer wieder verschließen, so lange sie noch im Waßer sind, und sie nur erst öffnen, wenn man an die Luft kömmt, damit man verhindere, daß die Haare der Augenlieder sich nicht zwischen das Auge und die Augendeckel legen: als wodurch ein Schüler abgeschreckt werden würde.

Wenn man sich auf die beschriebene Art im Waßer hält, so wird man bemerken, daß der Körper oben zu schwimmen trachten wird. Der Lehrling wähle sodann einen Ort, wo das Waßer um

einen Fuß tiefer ist, als an dem bisherigen; er wird dann den Grund nicht mehr berühren können. Alsdann bewege er seine Glieder, als wenn er nach Art der Frösche (wie dieses geschieht, werde ich nachher angeben) schwimmen wollte, und er wird sodann zwischen zwei Wäßern, wie man es nennt, schwimmen. Die Schwierigkeit besteht nun darin, sich wieder zu erheben, und den Grund dieser Schwierigkeit wird man leicht erkennen, wenn man bemerkt, daß der Kopf nicht aus dem Waßer gehoben werden kann, ohne daß die Schwere des vordern Theils des Körpers dadurch vermehrt, und dieser deshalb zum Sinken veranlaßt wird, und zwar so lange, bis alles wieder im Gleichgewicht ist. Dieser Unbequemlichkeit abzuhelfen, reicht der Gefährte dem Taucher einen dicken Stock, deßen einen End er auf die Erde stützt; der Taucher ergreift den Stock, folgt ihm mit den Händen, indem er ihn abwechselnd bald mit der einen, bald mit der andern Hand umfaßt, und so wird es ihm gelingen, den Kopf aus dem Waßer zu erheben.

Wenn man sich an einem Orte, wo der Boden ungleich ist, übet, so wird man leicht einsehen, daß dieses Mittel, sich zu erheben, unanwendbar ist.

Daß ich meine Schüler zuerst sich untertauchen lehre, da es doch allgemein für das Ende des Unterrichts im Schwimmen gehalten wird, darf niemand befremden. Ich habe die Erfahrung auf meiner Seite; und die, welche nicht meiner Meinung sind, werden sie bald annehmen, wenn sie unpartheiisch urtheilen. Demungeachtet, da ich nicht will, daß sich jemand berechtiget glauben soll, den Titel meiner Abhandlung für lügnerisch zu erklären, so merke ich an, daß man die Art, schnell zu schwimmen, ohne verbunden zu seyn, sich untertauchen, viel leichter begreift; aber ich bemerke auch zugleich, daß der beßte Schwimmer, wenn er das Untertauchen nicht versteht, keinesweges vor Zufällen gesicherter ist, als jener, der nichts vom Schwimmen versteht. Von 100 Schwimmern, die ertrinken, kommen 198 um, weil sie das Untertauchen nicht verstanden. Ich kehre zu meinem Unterrichte lehrbegieriger Schüler zurück.

Unsere Körper schwimmen nur deshalb auf dem Waßer, weil sie leichter sind, als eine gleiche Masse Waßer; außerdem würde alle Kunst nichts vermögen, und wir würden immer unaufhaltsam zu Boden sinken: wie sich dieß bei Ertrunkenen, deren Lungen sich zusammenziehen, deren Körper welk wird, ereignet, als welche erst nach einigen Tagen wieder über dem Waßer zum Vorschein

kommen. Die im Körper enthaltene Luft sucht sich auf alle Art einen Ausweg zu schaffen, und dehnt durch ihre Elastizität den Umfang des Kadavers aus, ohne daß sein Gewicht vermehrt wird.

Allein nicht alle Menschen sind im Verhältniß ihres körperlichen Umfangs gleich leicht. Bei einigen Ertrunkenen ereignet sich die Revolution nicht, von der ich eben geredet habe, und sie bleiben bis zur gänzlichen Zerstörung überm Waßer; es giebt sogar Ertrunkene, deren Körper nicht einmal ganz mit Waßer bedeckt wird: diese haben sehr viel Fett; und so, wie das Fleisch weniger wiegt, als Waßer, so wiegt das Fett weniger, als Fleisch. Aber was machen sie denn, wenn sie ertrinken? Aus Furcht bewegen sie sich heftig. Hätten sie Besinnung, so würden sie sich auf den Rücken werfen, und so ihr Athemholen frei erhalten.

Uiberdem giebt es auch Leute, die nicht sehr fett scheinen, und doch weit leichter sind, als andere, die mit ihnen gleiche Gestalt haben; und bei allen Menschen werden die Füße im Waßer mehr oder weniger leicht im Verhältniß mit ihrer Gestalt, Länge, Inhalt des Stammes, Größe des Kopfes seyn. Eben deshalb müßen einige mit einer weniger gebogenen Horizontal-Lage, um die Schwere ihrer Füße und Schenkel zu vermindern; andere

mehr

mehr gebogen, um diese zu vermehren; und noch andere in ganz aufrechter Stellung schwimmen. Der ächte Schwimmer muß in allen Lagen schwimmen: sich auf diese Art eben so gut als auf jene ausruhen; wenn er weit schwimmen muß, und den Krampf fürchtet, seine Stellungen verändern können, um jene Muskeln, von denen er merkt, daß sie steif werden wollen, in Thätigkeit zu setzen.

Wenn mein Schüler seinen Körper ausstreckt, die Schenkel und Füße zusammen, die Ferse an einander, die Füße nach außen hält, die Arme ausdehnt, die Finger der Hände an einander zieht, die Hände in gleicher Richtung mit den Schultern hält, und die hohle Hand gegen den Grund richtet, so wird er die zum Obenschwimmen gehörige Leichtigkeit haben; sein Körper wird mit dem Waßer gleich seyn, und sein Kopf und sein Hintern zu gleicher Zeit erscheinen.

Aber sein Kopf wird sich nicht ganz aus dem Waßer erheben; der Zuschauer wird ihn nur halb sehen. Dieß rührt nicht daher, weil dem Waßer die Kraft fehlt, alles zu halten; denn ich habe gesehen, daß Leute in dieser Lage dreißig und mehr Pfund Blei, die man ihnen auf den Rücken legte, trugen. Das mangelnde Gleichgewicht ist Schuld daran, daß der Kopf sich nicht aus dem Waßer erheben kann, und

dieß

dieß ist so wahr, daß wenn man, anstatt die angegebene Menge Blei auf den Rücken zu legen, nur einige Unzen auf einen Backen des Schenkels legt, der Taucher sie nicht erhalten kann, und an die Seite, wo man sie hingelegt, zu sinken anfängt.

Um den Kopf also aus dem Waßer zu erheben, muß ein Gegengewicht statt haben, und dieses muß nothwendig an dem entgegengesetzten Ende des Körpers sich befinden, und die Vermehrung und Verminderung deßelben muß von seiner Willkühr abhängen. Dieses Gegengewicht findet der Schwimmer in seinen Beinen, die, je nachdem er sie der Vertikal-Linie nähert, oder davon entfernt, mehr oder weniger schwer werden.

Die beiden Bewegungen, den Kopf zu erheben und die Füße niederzulaßen, müßen zugleich geschehen. Das letztere muß stuffenweis geschehen, in dem Maße, wie er fühlt, daß der Kopf schwer wird. Während dieser doppelten Operation bleiben die Arme horizontal und vorwärts ausgestreckt. Würde man sie sinken laßen, so wäre dieß genug, um das Gleichgewicht zu verlieren, welches noch leichter geschehen würde, wenn man sie gar übers Waßer erheben wollte.

Man

Man hat den Kopf an der Luft, die Füße berühren die Erde; allein das ist noch nicht genug: es gehört noch eine kleine Bewegung dazu, sich zu erheben; es ist diese:

Die vorwärts dem Körper ausgestreckten Arme bilden nun ein nachtheilig gewordenes Gewicht, das hinten nützlich seyn kann; man muß sie also dahin bringen, aber auf die Art, daß man ihr Gewicht auf dem Wege vielmehr vermindert, als vermehrt. Diese Absicht erreicht man, wenn man, ohne sich anzustrengen, sie einen Theil eines Zirkels um den Körper beschreiben läßt; doch müßen die Hände ausgestreckt, die flache Hand unwandelbar gegen den Grund, die Hand in gleicher Richtung mit dem Ellenbogen, und dieser in gleicher Linie mit den Schultern seyn. Wenn sie weit genug nach hinten gekommen, um das Gegengewicht der Füße zu vermehren, so müßen die Hände so gedreht werden, als wollte man sie auf dem Rücken vereinen. Die Finger müßen gleiche Richtung einer gegen den andern behalten; allein die Hände müßen so gewendet werden, daß die innere Flächen derselben gegen einander gekehret sind; die Arme müßen ein wenig gesenket werden.

Endlich muß man die Knie beugen, den Hintern nach hinten ausstrecken und nun wird man es in seiner Gewalt haben, sich zu erheben.

Die-

Dieses Manövre muß ganz langsam geschehen; denn wenn man übereilt dabei verführe, so könnte es geschehen, daß das Gewicht nach hinten zu groß würde, welches den Schüler in Gefahr setzte, rückwärts umgeworfen zu werden, wenn er nicht Acht giebt, daß er, sobald er zu schwanken anfängt, seine Arme nach vorne wirft, indem er ihnen eine mehr oder weniger schiefe Richtung giebt.

Hier ist es, wo man die Vortheile des Tauchens einsehen lernt. Kann mein Schüler rückwärts fallen? Er streckt sich aus, legt die linke Hand auf den Bauch, hebt den rechten Arm und das rechte Bein in die Höhe, und sein Körper wird auf die rechte Seite zu liegen kommen; dann nähere er das rechte Bein dem linken, strecke den rechten Arm längst dem Körper aus, und so wird er wieder auf den Bauch zu liegen kommen.

Endlich, um die Nase an die Luft zu bringen, kann er sich der oben angezeigten Mittel bedienen.

Will er athmen, ohne die umgeworfene Lage, worin er gefallen war, zu verändern? Ich nehme den Augenblick an, da er gefallen. Er füge die beiden Fersen zusammen, entferne die Spitzen der Füße von einander, strecke die Arme an beiden Seiten des

Kör-

Körpers seiner Länge nach, aus, drehe die flache Hand gegen den Boden, und die Artikulation des Daumens gegen die Hüfte. Wenn er sich dabei gut ausstreckt, so wird der Körper in demselben Augenblick emporsteigen; seine Nase und sein Mund werden sich über die Oberfläche des Waßers befinden. Nur den Kopf muß er nicht in die Höhe heben.

Wenn er ganz nach seiner Bequemlichkeit geathmet hat, so wird er auch in dieser Lage leicht schwimmen können. In dieser Absicht müßen die Beine während der Bewegung sich von der horizontalen Fläche entfernen. Diese Bewegung besteht darin, daß man die Fersen dem Hintern nähert, indem man die Knie aus einander thut, und die Füße und Schenkel steif macht, indem man sie mit Schnelligkeit ausstreckt. Die Fußsohle wird einen Widerstand empfinden, und dieser Widerstand ist die Ursache, daß der Schwimmer auf dem Rücken fortrückt.

Bisher ist bloß vom Gewichte des Waßers geredet worden; itzt müßen wir noch den Widerstand deßelben hinzufügen. Diesen Widerstand des Waßers kann man mit Nutzen anwenden, um sich zu erheben, wenn man sich auf dem Bauch ins Waßer getaucht. Ich nehme den Augenblick an, da der Lehrling mit der Hälfte des Kopfes im Waßer war.

Er

Er neige seine Füße gegen den Boden, aber langsam, indem er zugleich die Schenkel beugt; entferne die Ellbogen ein wenig von einander, indem er die Hände einander nähere (die horizontale Lage daure immer fort), letztern gebe er eine Form, als wenn sie auf eine Kugel von 7 — 8 Zoll im Durchschnitte gestützt wären, wobei er aber doch die Finger nahe an einander halten muß. Das Waßer, welches sie auf dem Wege finden, muß mit Nachdruck und auf einmal fortgestoßen werden, als wenn er es durch die Schenkel treiben wollte, und dann mache er einen Sprung nach vorne mit ausgespreitzten Beinen. Der Widerstand wird mehr als hinlänglich seyn, um ihn aufrecht zu bringen.

Wir wollen nun zu der einfachen Art des Schwimmens übergehen. Die mehresten, welche sich damit abgeben, Unterricht im Schwimmen zu ertheilen, behaupten, daß es wesentlich sey, keinen Beistand in einem leichten Körper zu suchen, unter dem Vorwand, daß, wenn man dahin gekommen, seine eigene Kräfte anwenden zu wollen, man zu tief im Waßer untersinke, welches zur Gewohnheit werde. Man darf nur etwas nachdenken, um das Ungegründete dieses Vorgebens zu bemerken. Es ist nicht etwa ein Irrthum von ihrer Seite, sondern ein kleines, aber für sie einträgliches Vorurtheil. Sie lenken ihre Schüler mehrere Monate, ja sogar Jahre lang,

indem

indem sie ihnen die Hand unterm Knie, oder unterm Bauch halten, oder sie endlich an einen Strick binden, den sie am andern Ende ziehen, und eben daher kömmt es vielleicht, daß vernünftige Leute, die nie schwimmen lernen konnten, weil sie einen solchen Unterricht erhielten, das Schwimmen für eine Kunst voller Schwierigkeiten erklärten.

Allein alle Hülfsmittel sind nicht gleich sicher, und alle Mittel, sich derselben zu bedienen, nicht gleich gut.

Die Stiefeln von Buchen verhindern die leichte Bewegung der Arme.

Die Blasen sind dem Aufplatzen unterworfen. Die Flaschen von Kurbis (Calebasses) haben auch ihre Unbequemlichkeit; die Sonnenhitze dehnt die darin enthaltene Luft aus, der Pfropf springt heraus, und das Waßer dringt hinein; überdem können sie durch einen Stoß zerbrochen werden. Gleiche Bewandniß hat es mit den Büchsen von Blech oder anderm Metalle. Ich bin Zeuge von verschiedenen Unfällen gewesen, die durch alle diese Windmaschinen verursacht worden. Weiter unten wird gezeigt werden, daß sie auch dann noch verworfen werden müßten, wenn sie auch nicht Gefahr drohend wären.

Ich kenne allein das Pantoffelholz, das im Anfange gebraucht werden kann. Einige machen sich davon einen doppelten Küraß, den sie an den Seiten mit Stricken befestigen; andere bedienen sich einer einzigen Platte, welche ihnen die Brust und den Bauch bedeckt; andere befestigen sie hinten, und laßen den vordern Theil nackt. Diese Art ist weniger böse, als die vorhergehende. Ich habe gesehen, daß ein junger Mensch, der vorne damit bedeckt war, sich auf den Rücken geworfen hatte, und umsonst alle seine Kräfte anstrengte, als er sich auf den Bauch drehen wollte. Ohne Beistand anderer wäre er umgekommen.

Längs der Rhone und auch anderswo bedient man sich Blasen von Leinwand mit Pantoffelholz durchnähet, die mit Binden, welche um die Schenkel gehen, befestiget sind, oder auch bloß ganz einfacher Jacken, welche von Pfropfen von ungleicher Größe gemacht sind, wovon man mit Bindfaden eine Art von Gewebe gemacht hat. Diese Werkzeuge sind sehr bequem, auf dem Waßer zu gehen, und ich freue mich, daß sie zu Paris bekannt gemacht worden sind; allein ich sehe es nicht gerne, daß man ihnen griechische Namen beigelegt hat. Ihr Nutzen schränkt sich jedoch bloß auf den gegenwärtigen Augenblick ein, und wenn man sich derselben bedient, wird man eben

so

so wenig ein Schwimmer, als wenn man in einem Kahne fährt.

Folgende Art scheint mir die sicherste, bequemste, wohlfeilste und auch die einzigste zu seyn, wie ein Mensch, der die gewöhnliche Bildung hat, innerhalb acht Tagen lernen kann, allein zu schwimmen. Ich gebe mich nicht für den Erfinder derselben aus; die unbedeutende Anzahl Combinationen, die man über diesen Gegenstand machen kann, sind zuverläßig seit so vielen Jahrhunderten schon erschöpft worden.

Man ziehe durch ein rundes, anderthalb Zoll im Durchmeßer und neun bis zehen Linien in der Dicke haltendes Stück Pantoffelholz einen Strick, ungefähr so dick, wie ein kleiner Finger und drittehalb Schuh lang; auf dieses erste Stück folge ein anderes, deßen Durchmeßer etwas größer ist, und so weiter fort, bis dadurch ein kleiner Kegel oder Zuckerhut fünf, sechs Zoll hoch und neun bis zehn Zoll am Grunde breit gebildet wird.

Dieser Kegel wird an seiner Spitze durch einen doppelten Knoten aufgehalten, den man am Ende des Strickes macht, und durch welchen man einen hölzernen Nagel steckt, der zu mehrerer Sicherheit mit Bindfaden befestiget wird.

Das andere Ende des Strickes wird mit einem ähnlichen Kegel auf gleiche Art versehen.

Diesen Strick dehnt man auf dem Waßer aus, und legt sich quer darüber: man wird so gut über das Waßer bleiben, daß man nicht ohne Anstrengung das Gesicht unters Waßer wird bringen können. Jedoch wenn man mager ist, muß man den Strick verkürzen, und auf allen Fall muß man ihn so legen, daß das Pantoffelholz nicht zu nahe schwimmt, wodurch die Bewegung des Arms gehindert werden könnte.

Hier ist nur ein Zufall zu fürchten; allein der ist so wichtig, daß der geübteste Schwimmer ihm nur sehr schwache Hülfsmittel würde entgegen setzen können. Der Strick kann die Brust verlaßen, längst dem Bauche hinabglitschen, und beim Anfange der Hüften aufgehalten werden: dann sinkt der Kopf, der Körper folgt, die Beine bleiben hängen, und der Tod ist unausweichlich.

Ich habe gesehen, daß unvernünftige Lehrer ihren Schülern diesen Sturz machen ließen, um das Vergnügen zu haben, sie gleich nachher wieder in die Höhe zu ziehen. Glaubt man, auf diese Art einen Menschen an das Waßer zu gewöhnen, so irrt man sich sehr; im Gegentheile ist

es

es das sicherste Mittel, ihm Abscheu dafür einzuflößen.

Das Abwendungsmittel ist folgendes: Man mache zwei Ringe von einem Stricke, deren Oeffnung noch einmal so groß ist, als erforderlich wäre, daß die Arme bis an den Schultern durch könnten. Diese Ringe befestige man mit Bindfaden am Hauptstricke, und laße nur so vielen Raum zwischen beiden, daß man sich bequem mit der Brust dazwischen legen kann. Ehe man sich auf diesem Instrumente dem Waßer überläßt, muß man die Arme durch die beiden Ringe stecken, und zwar bis an die Achseln.

Um die Brüste der Damen zu schonen, ließ ich bei ihnen den Hauptstrick über den Rücken gehen, und machte die Ringe von starken geflochtenen wollenen Bändern, die mit Sammet überzogen sind; dit Artikulation ihrer Schultern empfindet auf diese Art allein einiges Reiben, und auch das ist fast unmerklich. Ich nenne diese Art: das Schwimmen am Gängelbande. Ich weiß nicht, ob die Römer und Griechen dieses Mittel gewußt haben, dem schönen Geschlecht diese eben so angenehme als nützliche Bewegung zu erleichtern; aber es gewährt mir angenehme Befriedigung, daß ich sie demselben in unserm Jahrhunderte gelehrt habe.

Wollte man ein Individuum, das einen Buckel hat, mit dem Gängelbande schwimmen laßen — es ist billig, daß man auf alles Rücksicht hat, damit das Publikum nicht durch vorgebliche Erfindungen gewißer Verbeßerer geblendet werde — so nimmt man an der Stelle der Stricke ein als ein Bogen gekrümmtes Holz, an deßen beiden Enden man die Ringe und die Zuckerhüte von Korkstücken befestiget.

Die Zurüstungen, um vorwärts zu schwimmen, sind folgende: die Arme müßen gebogen und die Hände gut ausgestreckt seyn; die flache Hand muß gegen den Grund gekehrt werden; die Hände müßen so einander genähert werden, daß die beiden Daumen und ihre Nachfolger (der Zeigefinger) sich gegenseitig mit der Spitze berühren. Die Ellbogen müßen mit den Schultern in gleicher Richtung gehalten werden, und die Hände mit den Ellenbogen. (Ich wiederhole diese Vorschrift, weil die Schwimmer sich ihrer beim Schwimmen selbst zu wenig erinnern. Die Gewohnheit, uns mit den Händen zu stützen, wenn wir einen Fall auf die Erde machen, scheint mir die Veranlaßung dieses Mechanismus zu seyn, die bei der geringsten Furcht den Schüler veranlaßt, seine Glieder so zu ordnen, als wenn er auf vieren kriechen wollte.) Die Hände müßen so an dem Körper geschloßen seyn, daß die rechte nach außen einen Winkel von ungefähr 145

Gra-

Graden mit dem rechten Vorderarm bilde, und so auch umgekehrt.

Die Ferſen müßen ſich berühren, oder doch beinahe, und gegen den After gezogen, die Knie von einander ſo weit, als möglich, entfernt ſeyn.

Endlich muß er ſich fertig halten, mit den Fußſohlen das Waßer, welches ſie in ihrer Richtung finden, nachdrücklich wegzuſtoßen, und Folgendes gut eingedenk ſeyn:

So, als wenn eine Kraft zu gleicher Zeit die Arme und Füße forttreibt, müßen ſich Füße und Hände in dem nämlichen Augenblicke ausbreiten. Die Hände werden nach vorne ſo hoch, wie die Schultern, gebracht, und berühren ſich auch dann noch, wenn die Arme der Länge nach ausgeſtreckt ſind.

Durch dieſen Anſatz, woran bloß die Glieder Theil haben müßen, iſt man in Verhältniß mit der angewandten Schnelligkeit fortgerückt. Man muß nicht zu ſehr eilen, um die Glieder wieder zu ordnen, weil die Bewegung noch fortdauert, obwohl die Urſache, wodurch ſie hervorgebracht worden, aufgehört hat. Nur dann erſt verändere man ſeine Lage, wenn ſie beinahe aufgehört hat, wel-

ches daran abzunehmen ist, daß man etwas schwerer wird, und zu sinken anfängt.

Dann ordnet man die Glieder wie vor dem Ansatz; allein man muß auch durch diese neue Arbeit noch den Vortheil zu erringen trachten, indem man sie dazu anwendet, schneller fortzukommen: weder die Schenkel, Beine, noch Füße können dazu etwas beitragen, sondern bloß die Arme und Hände.

Man entferne sogleich, aber ganz langsam, die Hände von einander; halte aber die Arme gut ausgestreckt, und wenn die Hände ungefähr drittehalb Schuh von einander entfernt sind, (bei einem Menschen, der fünf Schuh, sechs Zoll groß ist) so senke man sie herab, so daß die Seite des kleinen Fingers an jeder Hand ein wenig mehr erhoben, als die Seite des Daumens sey. Dann setze man die Bewegung der Arme lebhaft fort, und man wird sicher weiter kommen. Die Hände sind noch immer in gleicher Richtung mit den Schultern; allein wenn sie diametrisch entgegen gesetzt seyn werden, so müssen die Ende der Arme, ohne daß sie aufhören, ausgestreckt zu seyn, vorne mehr ins Waßer dringen, und zwar in dem Verhältniß, daß man das Fragment des Zirkels, welches sie beschrieben, vergrössert. Die Bewegung muß nun äußerst schnell seyn; denn nur allein der Widerstand des Waßers behin-

dert hier den Forttrieb, und verhindert den Umsturz. Ich nehme in diesem Augenblick an, daß man kein Pantoffelholz hat, und daß man in einer horizontalen Lage schwimmen will. Demungeachtet wenn man alle Bewegungen gut gemäßiget hat, so wird man doch Zeit übrig haben, um die Arme zu beugen, sie auf die Brust zu bringen (nur bemerke man, ihnen so, wie den Händen, auf dieser Fahrt ihre horizontale Lage zu geben) und einen neuen Ansatz zu machen.

Ungeachtet ich mir Mühe gegeben habe, verständlich zu seyn, so schmeichle ich mir doch nicht, beim ersten Durchlesen vollkommen verstanden zu seyn; allein ich hoffe, daß man bei einem nochmaligen Lesen alles leicht verstehen werde, was man noch nicht verstanden hatte. Findet man inzwischen meine Erläuterungen nicht alle gleich klar, so muß man sich dadurch nicht abschrecken laßen. Wenn man nur einige davon gut verstanden hat, so wird man die übrigen sehr leicht selbst ergänzen können, wenn man nur etwas aufmerksam ist, weil sie sich alle auf wenige einfache und leicht zu behaltende Grundsätze beziehen. Es sind diese: unsere Körper sind leichter als Waßer; sie sind aber nicht allenthalben gleich leicht; man muß den leichtern Theilen ein Gewicht zugeben, wodurch sie mit den schwerern im Gleichgewicht erhalten werden; die verschiedenen Theile un-

seres Körpers erhalten dieses verschiedene Gewicht nur durch die Verschiedenheit ihrer Lage oder durch den Widerstand des Waßers.

Wenn man sich täglich eine Stunde im Schwimmen mit dem Gängelbande übt, so muß man täglich einen gleichen Theil von den beiden Kegeln abschneiden, um die Masse deßelben, in Verhältniß der Zunahme unserer Kräfte, zu vermindern. Der betäubteste oder der furchtsamste Mensch im Waßer wird auf diese Art ohne andere Beihülfe innerhalb 14 Tagen schwimmen könne.

Derjenige, welcher gleich mit dem Untertauchen angefangen, kann sich, wenn er zu schwimmen anfangen will, ebenfalls des Gängelbandes bedienen. Aber ich habe verschiedene gesehen, die dieses Hülfsmittel nicht brauchten, und die, nachdem sie vier oder fünf Tage sich im Untertauchen geübt hatten, ihre Kräfte versuchten, um den Kopf aus dem Waßer zu heben, und zwar mit gutem Erfolge. Ich muß jedoch gestehen, daß ich einen Theil ihres guten Erfolgs dem Zutrauen, daß sie in mich seßten, zuschreiben darf.

Wenn man nun des Gängelbandes nicht mehr bedarf, so muß man sich gewöhnen, die Glieder verschiedentlich zu bewegen, um weiter zu kommen.

Man

Man schwimmt nach Art der Hunde, der Frösche u. s. w., man schneidet das Waßer, man schwimmt, indem man mit den Händen oder Füßen stößt. Hier habe ich gelehrt, nach Art der Frösche schwimmen; will man anders schwimmen, so ist mein Unterricht unnütz; denn muß man einen Schwimmer wenigstens einmal sehen: allein man erinnere sich, daß der, welcher nur auf eine Art schwimmen kann, leicht ermüdet wird, und der Untertaucher nie.

Ich habe bisher ein stehendes Waßer zum Schwimmorte angenommen; allein sobald die Kräfte es erlauben, muß man es nicht versäumen, sich im fließenden Waßer zu üben. Da allein kann man alle Hülfsmittel lernen, deren man in dringenden Gefahren nöthig haben kann. Der Philosoph, der seinem Schüler in den Kanälen seines Gartens lehren wollte, über den Hellespont zu schwimmen, verstand seine Kunst selöst nicht.

Tausende von Kupferstichen werden einem nie lehren, wie man bestimmte Posituren auf dem Waßer behalten könne. Die Mittel, welche man dazu anwendet, hängen vom Gewichte des Körpers und seiner Bildung, von der Schwere, Tiefe, Schnelligkeit und Bewegung des Waßers ab, so daß ein geschickter Schwimmer sich anderer Mittel auf die Seine, auf den Rhein, anderer im Ocean bedient. Aber

die

die Entdeckung dieser Hülfsmittel fordert nichts weniger als tiefes Nachdenken; der ungeschickteste Schwimmer thut darin eben so viel, als ein Schwimmer, der von der Physik Profeßion macht, und gleichen dem Wilde, das am Rande eines Abgrundes weidet, nachdem es sich versichert, daß der Felsen unter seinen Füßen stark genug ist, es zu erhalten.

Inzwischen giebt es doch zwei oder drei allgemeine Vorschriften, die meinen Lesern unnütze Versuche ersparen werden. Es sind folgende:

Um aufrecht zu schwimmen ohne Beihülfe der Arme, muß man die Beine so weit, als möglich, von einander spreitzen, und so gehen. Sinkt man demungeachtet, so muß man die Beine biegen, und auf den Knieen gehen.

Will man auf einem Fluße aufrecht schwimmen, so muß man sich, damit man nicht durchs Waßer auf den Rücken geworfen wird, gegen den Strom beugen, deßen Geschwindigkeit um desto größer wird, je weiter er von der Quelle entfernt ist.

Wenn man im stehenden Waßer schwimmt, und durch Kräuter gehemmt wird, so muß man sich ja nicht mit Gewalt davon loszumachen suchen, sondern stille halten, die Arme frei machen, ohne sie

aus dem Waßer zu heben; seine Lungen mit vieler Luft anfüllen, wenn man Mühe hat, sich zu erhalten; und um zu athmen, die Hände und die Arme horizontal legen. Dieß wiederholt man so oft, als es nöthig ist.

Wenn die Arme frei sind, so nimmt man die Kräuter weg, welche sich allenfalls um den Hals gewunden, und richtet sich endlich in die Höhe, und mit einer Hand, während dem die andere an der Oberfläche des Waßers ist, zieht man jedes Kraut behutsam und einzeln weg, das sich um die Schenkel oder Beine gewunden.

Nachdem der Körper also gereiniget, zieht man sich am beßten aus dieser Lage, wenn man sich auf den Bauch wirft, und die Füße und Schenkel unbeweglich zusammenhält. Dann drängt man sich durch die Kräuter, indem man bloß mit den Armen schwimmt. Wenn man nicht Raum genug hat, sie um sich herum auszubreiten, so muß man nach Art der Hunde schwimmen, und so ist man außer Gefahr.

Ich habe zum erstenmale hier des Nutzens erwähnt, den ein Schwimmer davon haben kann, wenn er Luft in seinen Lungen anhäuft.

Dieſes Mittel, den Körper zu erheben, wenn alle andere unzulänglich ſind, iſt ſo natürlich, daß die meiſten Schüler ſich bei dem erſten Unterrichte ſchon im Waßer aufblähen, ohne daß ſie es ſelbſten wißen.

Nun muß ich noch den Taucheru einige Bemerkungen mittheilen.

Weil nicht alle Menſchen im Verhältniß mit ihrem Umfange gleich ſchwer ſind, ſo können auch nicht alle ſich gleich leicht ins Waßer ſenken, und einigen iſt das Untertauchen ſogar ganz unmöglich. Ich habe zu Neapel einen Geiſtlichen geſehen, der ſo mit Fette beladen war, daß er im Meere ſpazieren gieng, ohne bis über den Gürtel naß zu werden, ſo ſehr er ſich auch Mühe gab, um tiefer zu ſinken. Ich bin überzeugt, daß er, wenn er durch Krankheit magerer werden, und alſo dieſe natürliche Fettigkeit verlieren ſollte, ſich dem Waßer, ohne ſchwimmen gelernt zu haben, nicht mehr würde anvertrauen dürfen; er würde ſich in dem Falle eines Menſchen befinden, der beim Schwimmen ſich immer einer Jacke von Korkholz bedient hatte, und nun auf einmal dieſes Inſtruments beraubt worden.

Die Erfahrung wird jedem Taucher bald lehren, was für Mittel ihm angemeßen sind; doch kann man sich folgende allgemeine Regeln merken:

Um plötzlich zu verschwinden, muß man sich aufrichten, die Beine geschloßen, die Füße ausgestreckt, die Arme erhoben oder gesenkt, und längst dem Körper angeschloßen halten. Um wieder empor zu kommen, legt man sich auf dem Bauche oder Rücken, oder man breitet nur die Arme und Füße aus, indem man aufgerichtet bleibt.

Man kann auch mit dem Kopfe zuerst ins Waßer dringen, wenn man die Arme herabsenkt, und die Füße erhebt, so daß dieselben zuletzt verschwinden. Diese letzte Art, sich unterzutauchen, verursacht bei unerfahrnen Zuschauern mehr Erstaunen, als die erste.

Will man sich von einem erhöheten Orte ins Waßer stürzen, so muß man den Körper gut gerade und die Arme längst daran geschloßen halten; die Füße müßen der Länge nach gekreuzt und ausgestreckt seyn, und die Zähen zuerst darbieten. Aber diese gefährliche Uibung überlaße man Leuten von Profeßion.

Obwohl die Luft, womit man die Lungen anfüllt, weniger schwer macht, und der Absicht, sich unterzutauchen, zu widersprechen scheint, so bin ich doch der Meinung, daß man sich, wenn man anders kann, mit einer guten Dosis versehen solle. Man kann auf diese Art seine Kräfte länger erhalten, wenn man einen Strich Weges im Waßer machen muß. Uiberdem kann man seinen Aufenthalt darin einige Sekunden verlängern, wenn man zuweilen Winde durch den After fortstößt, die man deshalb sorgsam verhalten muß.

Schwamm in Oel getränkt vor dem Munde gehalten, leistet den Lungen eine geringe Hülfe, indem er ihnen die wenige Luft verschafft, welche das Waßer nicht daraus vertreiben kann.

Ich kenne keinen Taucher, der ohne Beihülfe der Kunst im Stande ist, drei Minuten unter Waßer zu bleiben. Gemeiniglich schränken sich eigentliche Schwimmer auf zwei ein, und mehrere gehen nicht einmal so weit. Man hat mich zwar versichert, daß ich fünf Minuten unterm Waßer geblieben; allein meine Zeugen hatten keine Uhren.

In Ansehung derjenigen, die so glücklich sind, ganze Stunden unter dem Waßer leben zu können,

muß

muß ich bemerken, daß sie eine Ausnahme von der Regel sind, und ihre Vorzüge erlangt man durch keinen Fleiß.

Folgende Stelle aus dem Systeme einer medizinischen Polizei des Herrn Professor Franks beschreibet einige Vorsichtsregeln, die beim Schwimmenlernen zu beobachten sind, und verdienen allerdings hier eingeschaltet zu werden. "Ich komme„ sagt er, "zu den Fürsichtigkeitsregeln, welche man wegen dem Schwimmen bei der Jugend zu gebrauchen hat. So nützlich die Schwimmkunst und das Baden für jeden Menschenstand ist, so hat doch die Polizei dafür Sorge zu tragen, daß vorher alle Gefahren davon beseitiget werden. Der Uibungslehrer hat vordersamst darauf zu sehen, daß kein Knabe oder Jüngling mit erhitztem Körper, oder wenn sein Blut noch in Wallung ist, ins Waßer steige: weswegen auch das Baden ohne Aufsicht und an unbestimmten Orten mit Fug allen jungen Leuten zu verbieten ist, die sonst bei warmen Tagen ohne alle Uiberlegung zu Bächen und Flüßen eilen, um sich da zum gewißen Nachtheil ihrer Gesundheit abzukühlen. Ferner muß der Unterricht im Schwimmen von geschickten und vorsichtigen Männern an Orten gegeben werden, wo es leicht ist, den Nothleidenden geschwind genug zu Hülfe zu eilen. „

Brydon räth auch noch, daß man beim Schwimmenlernen sich üben solle, die Kleider entweder im Waßer auszuziehen, oder in Kleidern zu schwimmen. Beides, sagt er, sey nicht sonderlich schwer, und gewähre, besonders beim Schiffbruche, oder wenn man auf eine andere Art, angekleidet ins Waßer gefallen, denjenigen, die sich darin geübt, viele Vortheile vor jenen, die sich nicht daran gewöhnt haben. Denn daß so viele, die in diesem Falle gerathen, umkommen, rührt daher, daß sie sich in ihre Kleider verwickeln, und daß sie, indem sie sich in einer Lage befinden, worin sie vormals nie gewesen, für Bestürzung sich nicht zu faßen wißen.

Dritte Abtheilung.

Nutzen der kalten Bäder in einzelnen Krankheiten.

Erster Abschnitt.

Das kalte Bad reiniget und stärket die Haut.

Ich komme nun zu den einzelnen Krankheiten, bei denen das kalte Bad von vorzüglicher Wirkung befunden worden ist; ich werde indeßen nur die Hauptgattungen berühren, indem man von selbst auf ihre Sproßen die Folgerung machen kann; und da es hier mehr auf Beobachtung als auf Vernünftelei ankömmt, so werde ich meistens andere für mich reden laßen.

Hautkrankheiten.

Es ist leicht zu denken, daß der Theil des Körpers, welcher unmittelbar vom Waßer berührt wird, auch deßen Wirkungen am ersten fühle. Diese Wirkungen sind: daß die Haut durch das kalte Baden vom Schmutze, der sich in selber und in den Hautdrüsen angesetzt hat, gereiniget; daß ihre Gefäße stärker, sie selbst fester und dich-

ter gemacht, und also die Ausdünstung, deren Regelmäßigkeit hauptsächlich von diesen Umständen abhängt, dadurch erleichtert und gleicher werde. Es läßt sich also von selbst schließen, daß auch die Krankheiten derselben, so von diesen Ursachen herkommen, vorzüglich durch dieses Mittel gehoben werden müßen.

Unter diese Gattung von Krankheiten gehören die verschiedenen Ausschläge der Haut, die Krätze, die langwierigen Geschwüre derselben, das Rothlauf, der Aussatz u. s. w. Schon die Alten haben dieß angemerkt. Antyllis, ein römischer Arzt, der noch vor Galenus lebte, sagt von dem Schwimmen in der See: "Es ist in der Waßersucht, und denjenigen, die mit der Krätze oder einem andern Ausschlage behaftet sind, wie auch denen, die den Aussatz oder sonst an den Füßen oder dem übrigen Körper offene Schäden haben, dienlich. „ a) "Das kalte Waßer „ sagt Rufus, "nützt wider Beulen, wider die Krätze und andere Ausschläge, sowohl wenns getrunken wird, als auch wenn man darin badet.„ b) Floyer führt viele Beispiele an, wo der Aussatz durch das Eintauchen ins kalte

Waßer

a) Beim Oribasius Lib. 6. c. 27.

b) Lib. 1.

Waßer geheilt worden ist. a) Er führt aus dem Herman von Heyden einen Mann an, der aufgerißene Hände hatte, und mit dem wahren Aussatze (Elephantiasis) behaftet war: man legte ihn unter den Waßerfall einer Mühle, und ließ das Waßer mit einem hohen Fall auf ihn stürzen; dieß wurde zweimal im Tage wiederholt; man ließ ihn zugleich kühlende Sachen nehmen, und in einigen Tagen wurde er ganz gesund. b) In Schwertners Medizina universali findet man viele solche Fälle, wo mit dem bloßen äußerlichen Gebrauche des kalten Waßers die stinkendsten Geschwüre, die lange hartnäckig angehalten hatten, völlig geheilt worden sind. Tissot versichert, daß einfache kalte Bäder im Fluße oder Seewaßer sehr widerspenstige Krätzen hinweggenommen; nichts unterhalte die Krätze länger, als der Misbrauch des warmen Waßers c); und bloß durchs kalte Waschen und Baden werden die Hautkrankheiten am beßten verhütet. "Unter tausend Hautkrankheiten „ sagt Lorry, "welche Kinder befallen, findet man gewiß mehr als den dritten Theil bei unreinlichen. Unter die Vorbauungsmittel kann

---

a) Inquisitio in usum & abusum balneor. p. 239.

b) History of cold bathing. p. 284.

c) Tissot Anleitung ꝛc. S. 347.

man die Leibesübungen, einen freien Zugang der Luft und kalte Bäder zählen, da sie die Haut stärken und reinigen: weswegen die stärkern Gefäße eine freiere Bewegung bekommen, und also so die Theile, welche zur Verstopfung geneigt sind, fortschaffen. „ a) Krätze, Kopfgrind und andere Ausschläge der Haut würden sich vielleicht kaum einstellen, wenn die Faulheit der Menschen sie nicht abhielte, die Haut mit Waßer rein zu halten und anzufrischen. Hahn kann des frischen Waßers heilende Kraft in alten unheilbaren Schäden nicht genug rühmen. Er sagt: er kenne einen Kavalier, der dergleichen einmal an den Füßen gehabt; aber durch Baden in einem Teiche sich glücklich davon kurirt habe, so daß, wenn dieselben auch wieder aufzubrechen drohen, er mit diesem Mittel solche bald wieder zurechte weise. Ein Fischer hatte ebenfalls einen exulzerirten Schenkel, ohnerachtet unzählig angewendeter Mittel, schon zwei Jahre lang getragen. Die Sorge, solchen im Waßer schlimmer zu machen, war Ursache, daß er seine Profeßion ziemlich liegen ließ; allein die Furcht vor Hunger trieb ihn ins Waßer, um zu fischen. Nachdem er zwei Stunden darin verweilt,

---

a) Lorry, von den Krankheiten der Haut. Erster Band, Seite 518.

weilt und dann wieder herausstieg, sahe er zu seiner Verwunderung, seinen Schaden merklich verbeßert. Dieß machte ihm Muth, sich täglich in den kalten Fluß zu begeben, und in Kurzem hatte er das Vergnügen, vollkommen geheilt zu seyn. Besonders hat dieser Schriftsteller gemerkt, daß in Strömen und Flüßen die bösen Schäden weit beßer als in der Wanne sich heilen laßen, zumal wenn die an bösen Schenkeln Leidende dem Strome entgegen gehen: da denn das Waßer nicht nur beßer eindringen und ausreinigen, sondern auch die abgesonderte, faule, ätzende Materie bald abspühlen und fortbringen, und beständig neues reines Waßer an den Schaden gebracht werden kann. a) Er führt zulezt ein Beispiel an, wo ein anderer Arzt einen mit einer Geschwulst und einem Geschwüre am Schenkel behafteten Mann durchs Eintauchen in ein Gefäß voll kalten Waßers nicht zurecht bringen konnte, bis er ihn in den Strom gehen ließ, wo er auch im kurzen völlig geheilt wurde. Es ist gewiß, daß die Schwäche und Schlaffheit der Hautfibern das meiste zu der Langwierigkeit der Hautgeschwüre beiträgt. Die tägliche Erfahrung lehrt es, daß in langwierigen Hautgeschwüren und Exulzerazionen der Haut das

 fließen.

---

a) Hahn, Unterricht ꝛc. S. 86.

fließende Waßer, aber auch das kalte Regenwaßer das beßte Heilmittel iſt. a)

Ich ſelbſt habe viele mit Hautgeſchwüren behaftete Kranke bloß durchs kalte Waſchen und Baden geheilt. Es iſt mir ſehr oft ſchwer geworden, die Leute von der Furcht abzubringen, die Materie ziehe ſich dadurch ins Blut hinein; bis ſie ſelbſt ſahen, daß die Geſchwüre nicht plötzlich heilten, ſondern oft im Anfange ſtärker floßen, und erſt nach und nach austrockneten, ſo wie die Gefäße um das Geſchwür ſtärker und die Unreinigkeiten mehr abgeſpühlt würden. So herrſcht auch noch ein Vorurtheil, das oft ſehr ſchädlich, ja tödtlich wird. Es giebt nämlich viele fette Körper, welche, ſobald ſie ſchwitzen, am ganzen Leibe viele kleine Geſchwüre bekommen, die, indem ſie entzündet ſind, jucken. Durch warme Bäder breiten ſich ſelbe am ganzen Leibe aus. Nach dem herrſchenden Vorurtheile müßen ſolche das Bad ſo lange fortbrauchen, bis der Ausſchlag, den das Bad macht, durchs Bad wieder vergeht. Wirklich habe ich Leute geſehen, welche Geduld und Einfalt genug hatten, dieſem Wahn in der Länge ergeben zu bleiben, über neunzig- und mehrmal ſich immer fortzubaden, bis endlich der

Win-

a) Fränkiſche Anmerkungen. Tom. 4. pag. 774.

Winter oder andere Umstände sie nöthigten, mit ihrem Ausschlage, der nicht weniger werden wollte, das Bad zu verlaßen. An keinem Theile des Körpers sind die Geschwüre so hartnäckig, als an den Füßen; der langsame Fortgang des Blutes in den Blutadern, das nun bei der entzündeten und immer gereißten Stelle des Geschwürs sich noch länger verweilt, neuen Reiz und Entzündung verursacht, und folglich dem Geschwüre immer neuen Stoff giebt, ist Schuld daran. Die beßten Mittel zeigen sich in diesem Falle bei der sorgfältigsten und genauesten Heilart oft fruchtlos, und nur wenn die Füße kalt gebadet werden, kann man die erwünschte Heilung hoffen.

Auf dieselbe Art wird auch das Rothlauf verhütet, so hauptsächlich von der Schärfe und Stockung der ausdünstenden Materie entstehet, weil durch dieses Mittel die Gefäße, wodurch sie ausdünstet, gestärket und in den Stand gesetzt werden, dieselben auszudrücken und ihre Stockung zu verhindern. So giebt es viele, die diesem Uibel vor andern vorzüglich unterworfen sind. Das geringste Lüftchen, der kleinste Fehler in der Diät macht ihnen ein Rothlauf, und dieß insgemein an einem und demselben Orte. Gewiß ist hier eine örtliche Schwäche der Haut mit ins Spiel, die zu dem öftern Wiederkommen der Krankheit Anlaß giebt.

In

In diesen Umständen ist nichts beßer, als der äußerliche Gebrauch des kalten Waßers. Wie dieses auch Lieutaud und Marteau angemerkt haben.

Ermattende Schweiße.

Da die erste Wirkung der kalten Bäder das Festmachen der Haut ist, so leitet dieß von selbst auf die gleiche Ausdünstung, so sie bewirken. Das starke Schwitzen, wodurch man im Sommer zerfließt, und wodurch der Körper so sehr geschwächt wird, hört nach dem Gebrauche dieser Bäder auf. "Das kalte Bad „ sagt Fernelius, " kühlt die äußersten Theile des Körpers, und macht sie dichte, hält den Schweiß inne, und verhindert den Verlust der dünnen Säfte. „ a) So schreibt auch Unzer, da er von jenem nützlichen Gebrauche der alten Deutschen redet, die sich den Sommer hindurch in Flüßen zu baden gewohnt waren: "Wenn im Sommer die Ausdünstung allzuheftig war, und den Körper ermattete, so zog das kalte Waßer die allzu schlaffen Gefäße wieder zusammen, stärkte die festen Theile, und hinderte den allzu starken Schweiß. Hiedurch beugte man allen den Krankheiten vor, die

von

a) Universae medicinae Lib. IV. cap. 18.

von einer in Unordnung gebrachten Ausdünstung herrühren, und deren fast unzählige sind.„ a)

Wintringham räth ebenfalls in den starken Schweißen nach Krankheiten das kalte Baden als das beßte Mittel an, wo sehr starke Ausleerungen von irgend einer Art vorhergegangen, und wo dann sowohl bei Tage als Nacht auf dem Rücken abmattende Schweiße entstehen, die bloß von der Schwäche, Erschlappung des Körpers und Auflösung der Säfte herrühren. b)

Rheumatismen, Gicht, Podagra, u. s. w.

Die Rheumatismen, die sogenannten Flüße entstehen beinahe alle von dieser Unordnung der Ausdünstung: und daher hat man auch kein beßeres Mittel, dieselbe zu heilen, und deren Rückkehr, die durch den kleinsten Wind veranlaßt wird, zu verhindern, als die kalten Bäder. "In rheumatischen Zufällen und Flüßen„ sagt Bergius, "als bei Schmerzen in den muskulösen Theilen, Zahnschmerzen, Migraine, rothen Augen, u. s. w., thut das kalte Bad

---

a) Der Arzt, eine Wochenschrift. 125 Stück.

b) De morbis quibusdam Commentarii, A. C. Wintringham. Lond. 1782.

Bad gute Dienste, wie wir aus Beispielen wißen. Als ich mich vorigen Sommer in Loka aufhielt, sahe ich unter den Gästen eine Frau, welche so anhaltende und beschwerliche Zahnschmerzen hatte, daß sie auch keine Nacht Ruhe haben konnte, und ihr Kopf ward von einem Fluße dergestalt beschwert, daß ihre Augen ohne einen vorgehangenen Schleier das Tageslicht nicht ertragen wollten. Sie war um die gewöhnliche Zeit in Loka, bediente sich des Waßers zum Trinken und zum Baden, und hielt dabei eine strenge Diät, welches von so guter Wirkung war, daß sie, wie ich nachher schriftlich vernommen, ihre beschwerlichen Zufälle größtentheils verloren hat.„ a) So haben auch Celsus b), Herodotus c), Cälius Aurelianus d), Herman van der Heiden e), und alle Neuere den Nutzen der kalten Bäder in Flüßen und rheumatischen Zufällen bestättigt. Tissot sagt von dieser Krankheit: " Kalte Bäder sind das beßte Mittel, sich davor zu bewahren.„ f) Hurham ver=

---

a) D. N. J. Bergius, Abhandlung von den kalten Bädern, aus dem Schwed. Stettin, 1766. S. 107.

b) De Medicina, L. I. c. 4.

c) Oribasius, Collect. L. 10. c. 8. Frigidae autem sponte nascentes omnibus competunt.

d) Caelius Aurelianus, Lib. 5. c. 2.

e) Ejus Oper. Discurs. 2.

f) Anleitung für das Landvolk. S. 189. vom Gliederfluß.

versichert, daß sich zuweilen die Rheumatismen nur durchs kalte Bad allein vertreiben laßen. a) Das Nämliche hat Thomson beobachtet. "Wenn der chronische Rheumatismus„ sagt er, "zur Gewohnheit geworden ist, so muß man die gleiche Ausdünstung wieder herzustellen trachten, deren Unordnung die wesentlichste Veranlaßung des Rheumatismus ist. Nichts ist aber zu dieser Absicht geschickter, als das kalte Bad, das man, wenn die Fieberrinde mit dem Guajak schon einige Zeit genommen worden, statt derselben brauchen oder damit verbinden kann.„ b)

Es ist nöthig, daß ich es ganz herseße, was Floyer über diesen Gegenstand schreibt: "Nichts„ sagt er, "verwahrt den Leib gegen die Ungelegenheiten des Wetters so gut, als das kalte Baden: dieses verdickt die Haut, zieht sie zusammen, und macht sie daher gegen die Veränderungen der Luft weniger empfindlich, sowohl was ihre Kälte, als ihre Näße angeht; und immer ist es gesünder, eine feste und starke Haut zu haben, als eine schlaffe und dünne, die ihre Nahrung und die feinsten Geister ausschwißen läßt. Ich habe es erfahren, daß viele

Leute

---

a) Huxhami Opera, T. 1. pag. 363.

b) Thom. Thomson Medic, consultat, on various diseases.

Leute ißt die Winterkälte nach dem kalten Bade ganz gut vertragen können, da sie sich zuvor als sie sich des warmen Bades bedienten, den ganzen Winter hindurch nicht genug dafür verwahren konnten. Diese Wahrheit bestättigen die Kuren zweier zarten Personen, die er anführt. Die erste will ich beirücken: "Mad. Bades,, schreibt er, "wurde, da sie über 50 Jahre alt war, von ihren Nachbarn für schwindsüchtig gehalten, weil sie sehr hustete, und wohl 20 Jahre lang an rheumatischen Schmerzen gelitten hatte; sie hatte ein starkes Hüftweh dabei, so daß sie wirklich lahm war; an ihren Knieen hatte sie eine Steifigkeit und Schwäche, die sie ihre Füße nicht brauchen ließen. Sie lag daher immer beim Feuer, mit vielen Kleidern bedeckt, und war so empfindlich, daß sie niemals in die Luft kommen durfte. Nebst diesem hatte sie viele Kreutzschmerzen, die sie vom Stein herzurühren glaubte, und große Schmerzen in der Brust, die sie für krebshaft hielt. Im Jahre 1699 gieng sie im Sommer ins kalte Bad zu Millowbridge in Staffortshire, welches ein sehr kaltes Waßer ist, und sich linde und öligt anfühlt. Unausgesetzt badete sie sich täglich einmal in diesem Waßer, trank auch täglich viele Gläser von demselben, und dieß einen ganzen Monat hindurch. Das erstemal that ihr vom Anfang die kranke Brust sehr wehe, als sie bis an den Hals ins Waßer kam; hernach aber nicht mehr. Als

sie

sie das zweite Bad brauchte, fiel ihr der Schmerz aus der Hüfte herunter in den Fuß; beim Fortbrauchen des Bades aber verlor er sich völlig, und ist auch seitdem nicht mehr wieder gekommen. Diese Frau geht nun ganz gut, braucht weniger Kleidung, ist von ihrem Nierensteine befreit, und auch von der Geschwulst der Brust, die, wie ich glaube, eine Milchgeschwulst muß gewesen seyn, ob diese gleich viele Jahre in ihrer Brust gewesen ist.„ a) Auch Hahn giebt uns sehr viele Krankengeschichten von rheumatischen, gichtbrüchigen und kontrakten Kranken, so er durch das bloße Waschen und Baden in kalten Waßer völlig wieder hergestellt. b) Bei anhaltenden rheumatischen Gliederschmerzen, wurden, nachdem alle andere Mittel vergeblich waren gebraucht worden, kalte Bäder vererdnet. Der Kranke mußte so lange darin sitzen, als er es aushalten konnte, wurde dann ins Bett gelegt, und erhielt 12 Gran Hirschhornsalz. Dieß geschah je über den andern und dritten Tag. Er bekam jedesmal einen reichlichen Schweiß, und war in etlichen Wochen hergestellt. c)

Selbst

---

a) Floyer History of cold bathing letter fourth.

b) Man sehe nur deßen Anfang in seinem Unterrichte von der Kraft des kalten Waßers.

c) Vermischte Bemerkungen von Paulitzky in Balding. Magazin für Aerzte. 9 B. 1 St. 1787. S. 41.

Selbst das Podagra hat man dadurch verhütet, und wo es wirklich war, vermindert gesehen. So führt Savanarola eine der vermeßensten Kuren an: in dem heftigsten Schmerze legte ein zur Verzweiflung gebrachter Podagrist eiskaltes Waßer auf den leidenden Theil, und befreite sich dadurch glücklich von dieser Krankheit. a) Ein gleiches Beispiel erzählt auch Floyer. b) Schon bei den Römern war dieß ein Mittel wider das Podagra. Strabo thut davon Erwähnung. Er schreibt, daß viele, so mit dem Podagra behaftet waren, durch das Baden in dem Fluße Cydnus in Sicilien, der wegen seiner Kälte berühmt ist, völlig geheilt worden seyn. c) Auch Plinius lobt den Gebrauch des Badens in diesem Fluße beim Podagra, und versichert, daß es mit Nutzen dabei gebraucht werde. d) Vitruvius meldet ebenfalls davon. "Bei Tarsus, in Sicilien „ sagt er, " ist ein Fluß, Namens Cydnus, worein die Podagristen ihre Füße halten, und von ihren Schmerzen befreiet werden.

---

a) Joh. Mich. Savanarola, de balneis & thermis nativis omnibus Italiae. So sagt auch Blanchellus im Tract. de balneis, cap. 2.

b) L. c.

c) Strabo, Geograph. Lib. 14.

d) Plinius, Histor. natur. Lib. 31. Sect. 8.

den.„ a) Selbst Hippokrates b) hat schon angemerkt, daß das kalte Waßer, wenn es häufig auf den leidenden Theil gegoßen wird, die Geschwulst der Gelenke und das Podagra vermindere und heile.

Chausier hat in der Gicht die kalten Umschläge mit Waßer sehr oft heilsam gefunden. Ich selbst kenne einige Podagristen, welche seit vier Jahren sich kalt baden, und dadurch von den Anfällen des Podagra, die sehr oft wieder kamen, vollkommen befreiet sind, und zugleich die Steifigkeit und die Empfindlichkeit in den Füßen gänzlich verloren haben, die sie sonst immer auch außer den Anfällen hatten.

Pietsch setzt das Wichtigste bei der Kur des Podagra im Gebrauche des kalten Bades. c) So sonderbar auch immer seine Theorie von der Entstehung dieser Krankheit seyn mag, so können wir doch nicht die Fälle läugnen, sie nicht umdrehen, die er von dieser Kurart anführt. Wo die Er-

a) Vitruvius, Lib. 8. cap. 3.

b) Hippocrat. Aphor. Sect. 5. Aph. 25.

c) Joh. Gottfr. Pietsch, wahre Quelle und materielle Ursache vom Podagra. Halle, 1772.

fahrung spricht, muß der Geist des Widerspruches schweigen. An sich selbst hat er die guten Wirkungen dieses Mittels in den heftigsten Anfällen empfunden; durch daßelbe und durch innerlich stärkende Mittel hat er den Anfall auf neun Jahre und länger abgehalten. Daß das kalte Waßer das Podagra nicht zurücktreibe, davon giebt er sowohl von sich selbst als von andern überzeugende Proben. "Durch mein Beispiel gelehrt„ schreibt er a), "hab ich die gichtigen Schmerzen nicht nur mit kaltem Waßer, sondern sogar bei harter Kälte mit dicken Eisschollen verfolgt; und etlichen am grausamsten Hüftwehe dergestalt Leidenden, daß sie sich nicht einmal konnten entkleiden laßen, sondern Tag und Nacht sitzend, in unverrückter Stellung verbleiben mußten, in wenig Stunden die scheinbarlichste Hülfe zuwege gebracht, ohne daß ein anderwärtiger Zufall, als Beßerung und Gesundheit darauf erfolgt wäre. Es ist demnach falsch„ fährt er fort, "daß das kalte Waßer die Säfte zurücktreibe, und an den innern edlern Theilen mehr Unheil anrichte, als an den äußern Gliedmaßen Gutes schaffe. Sogar die Affektus erysepilacei, sie mögen am Haupte, oder an Füßen, oder wo sie sonst wollen erscheinen, werden allzeit

durch

---

a) Seite 294.

durch das Waschen und Auflegen des frischen Waßers, wenn es ordentlich und genugsam geschieht, in kurzer Zeit und kaum mit dem zehnten Theil sonst dabei statt habenden Schmerzen glücklich geheilet, und ich habe das furchtsame Vorgeben, daß heißer und kalter Brand auf die Befeuchtung der entzündeten Geschwulsten mit wäßrigen Dingen entstehe, noch niemals erlebt, ohnerachtet ichs vielen Menschen bei solchen Umständen ohne Unterschied angerathen, und getrost thun lassen. Wenn sich die fixe Gicht überhaupt, oder das Podagra, Chyragra ꝛc. mit mehr oder wenigerer Heftigkeit anlegt, ist es denn jemals ohne schwächere oder stärkere, nur tiefer unter der Haut, als die Rose, liegende Entzündung? Keineswegs. Noch mehr, wenn das kalte Waßer die stockende Säfte nach den inwendigen Theilen treibt, warum kömmt dann darauf am leidenden Theile im Bette allzeit ein merklicher Schweiß? Besonders können es alle Sichtige an sich selbst wahrnehmen, wenn sie ihre mit der äußerst schmerzenden Heftigkeit leidende Glieder in eiskaltes Waßer stecken, daß dieselben nach wenig Minuten heiß werden, so empfindlich auch ihnen anfänglich die Berührung des kalten Waßers gewesen, und weil sich oftmals auch bei den stärksten Gichtschmerzen in etlichen Tagen keine Geschwulst zeiget, so erfolgt sie allemal, nebst einer großen Röthe, in einer oder etli-

chen Stunden, zum Zeichen der Beßerung und Nachlaß der Schmerzen aufs kalte Baden: die feurige Hitze geht so gewaltig ins kalte Waßer, daß ein Eimer oft in der ersten Viertelstunde lau warm wird; und wenn der Fuß oder die Hand herausgezogen ist, so dampfet sie so sehr, daß die aufsteigende Dünste beinahe einem Rauche gleichen. Alle diese Umstände geben demnach genugsam zu erkennen, daß das kalte Waßer vielmehr heraus-ziehe, und gleichsam aussauge, als die gichtige Materie zurück und nach den innern Theilen hin-treibe. Nach Eigenschaft seiner dünnern Flüßig-keit dringet es in die Zwischenräume der Haut, schwellet dieselbe auf, giebt den schlaffen Fibern ihre Kraft wieder, und mittels der Hitze, so von innen aus dem Körper nach der Oberfläche wir-ket, können die stockenden Säfte herausgetrieben werden, und da es nach eben dieser Eigenschaft eine auflösende Kraft, sowohl gegen die Salze, als zähe, gelatinöse und schleimichte Dinge erreis-chet, so reiniget es auch die Schweißlöcher der Haut, und macht sie zur Auslaßung der Dünste und Feuchtigkeiten um so mehr geschickt. Daher ist es beiden, der Vernunft und Erfahrung zuwi-der, daß das kalte Waßer die Säfte des mensch-lichen Körpers von der Oberfläche nach den innern Theilen zurücktreibe. Was nun den eigentlichen Gebrauch des frischen Waßers von außen betrifft,

so

so kann derselbe sowohl in als außer den Affektibus arthriticis und podagricis angewendet werden. Außer dem Paroxismo sehe ich gerne, wenn sich dergleichen Pazienten wöchentlich zwei- oder wenigstens einmal, es mag Winter oder Sommer seyn, ins kalte Bad begeben, und nicht nur die Füße, sondern den ganzen Leib ins Waßer bringen, oder sich überall mittelst eines großen Schwammes durch und durch mit kaltem Waßer abwaschen. Ich gestehe selbst, daß es zärtlichen Personen anfänglich sehr empfindlich fallen wird; allein in der Folge wirds ihnen nach wenig Wochen ganz gleichgültig und natürlich werden. Wenn sie die vielen guten Wirkungen, so sie gewiß davon zu erwarten haben, gegen die kleine Unbequemlichkeit in Anschlag bringen, so ist die leztere in Wahrheit für nichts zu achten. Was von dem einen Geschlechte gilt, das gehet auch das andere an, und die Frauenzimmer haben keine Ursache, sich zu gewißen Zeiten, auch nicht einmal während der Schwangerschaft, vor den kalten Bädern zu fürchten: denn sie bringen ihnen keine andere, als gute und heilsame Folgen. Bei der Gegenwart der Sicht und ihrer Arten ist es zwar vielen durch die Macht der Krankheit verboten, sich des Badens mit dem ganzen Leibe zu bedienen; hingegen können sie darin gar keinen Fehler begehen, wenn sie die leidende Glieder täglich zehn- und mehrmal ins Waßer stecken, und sobald sie sich von dem

Vorurtheil des daher zu besorgenden Schadens frei gemacht, und die augenscheinliche Hülfe nur einmal empfinden, so wird ihnen solche selbst ein Sporn seyn, den Versuch wiederholt zu erneuern. Wird nun beim Baden (fährt er fort) auf diese Art und nach solcher Vorsicht verfahren, so bin ich allemal Bürge dafür, daß auch alten und abgelebten Podagristen und Gichtigen die gichtige Materie nicht in den Leib und die innern Theile trete, sondern vielmehr, wenn sie sich allbereits daselbst mit harten Zufällen angelegt, in die Glieder und äußere Theile wieder ausgetrieben werde. Und ich finde diese Kalte- und Waßermethode hundertmal sicherer, wirksamer und zuverläßiger, als die abmattende Zugpflaster, das Auflegen des gestoßenen Senfs, geriebenen Meerrettigs unter die Sohlen der Füße, das Reiben mit Bürsten, groben Servietten und wollenem Zeuge ꝛc. in diesen Umständen. Ich müßte mir wahrhaftig ein Gewißen machen, eine so nützliche Wahrheit denen unter schwerer Qual Seufzenden länger verborgen zu halten. „

Durch fünfzig umständlich erzählte Fälle bestättigt er die glücklichen Wirkungen dieser Heilmethode. a)

Durch-

a) Joh. Gottfr. Pietschens Geschichter praktischen Fälle von Podagra und der Gicht. 1ter — 6ter Th. Halle

Durchfälle, Ruhr.

Auch in der Diarrhae und in der Ruhr selbst ist das kalte Bad von vorzüglicher Wirkung befunden worden. Da diese Krankheiten oft rheumatischer Art sind, wo sich die rheumatische Materie auf die Gedärme zurückgeworfen hat, oft aber auch von der Auflösung der Säfte entsteht, so kann man sich bald erklären, warum in diesen Gattungen das kalte Bad mit Nutzen gebraucht werde? Todar hat uns Krankengeschichten hinterlaßen, wo Ruhren durchs bloße Waschen mit kaltem Waßer glücklich geheilt worden sind. a) Auch Hahn liefert uns hierüber eine schöne Beobachtung. b) Helbigius meldet von den Indianern, daß sie sich des Waschens mit kaltem Waßer in der Ruhr mit Nutzen bedienen; ja er bezeugt von sich selbst, daß er schon mit dem Tode ringend bloß durch dieses Mittel von der Ruhr befreiet worden sey. c)

a) Aquae frigidae vindicat. seu aquae frigid. vires ad omnes morbos recta lance relibratae. Panormi, 1722.

b) Hahn, Unterricht. Seite 130.

c) Ephemerid N. C. D. 1. an. 9. & 10. p. 460.

Aeußerliche Gewaltthätigkeiten.

Auch bei äußerlichen Gewaltthätigkeiten und Quetschungen hat man dieses Mittel von größtem Nutzen gefunden. Short führt hier folgenden sehr merkwürdigen Fall an a): Ein Mensch hatte sich heftig unter den kurzen Rippen in die linke Seite gestoßen: er empfand darauf an demselben Orte ein heftiges Stechen bei jedem Tritte, den er machte. Dieser Zufall nahm immer zu, so daß zuletzt die geringste Bewegung die heftigsten Schmerzen erregte. Die Haut, woran der Stoß geschehen, wurde ganz unempfindlich. Auf dem Brustbeine und in der Herzgrube entstand eine braune, dicke, stinkende, harte Rinde; der Athem fieng an, unleidlich zu stinken; der Kranke bekam alle Zufälle der tödtlichsten Lungensucht, und spürte ganz leicht und deutlich, wie sich eine Materie von der linken Seite zur rechten bewegte. Short gab ihm erst gelinde säuerliche Sachen, nachher den Vitriolgeist; ließ ihn mit Vitriolöl und Eibischsalbe schmieren, und schickte ihn ins kalte Bad zu Kreßbrock. Dieß half; und da er ihn einige Jahre hindurch, auch den Winter über,

das

---

a) Short Disc. on Tea, sugar &c. Lond. 1780. chapt. 8 th.

das kalte Bad brauchen ließ, so wurde er völlig wieder hergestellt.

Todar giebt ebenfalls hierüber eine Beobachtung an. a) Hahn behandelte mit bloßen Umschlägen aus frischem Waßer eine Quetschung am Schienbeine, wozu sich durch unrechte Heilart schon Fieber, Unruhe, schlaflose Nächte und starkes Phantasiren geschlagen hatte. b) Auch Schmuker c) und Theden d) bestätigen dieses mit neuen glücklichen Erfahrungen. Ein Unteroffizier hatte sich unvorsichtig die Hühneraugen am Fuße beschnitten; da er bald darauf zu Pferde exerziert hatte, und in Stiefeln auf die Wache gezogen war, bekam er in der folgenden Nacht unerträgliche Schmerzen und eine starke Geschwulst am Fuße und Schenkel. Herr Theden ließ ihm sogleich zur Ader, und auf Anrathen D. Hahns, befahl er, daß man ihm Bettücher, die in eiskaltes Waßer getaucht worden, um den Bauch und die Füße schlagen sollte. Der Kranke schrie gewaltig, als dieß geschah; nichtsdestoweniger wiederholte man diese Umschläge, sobald die

---

a) Aquae frigidae vindicatio.

b) Unterricht ꝛc. Seite 170.

c) Schmuker vermischte chirurg. Schrift. 1 Th. S. 131.

d) Theden, neue Bemerkungen und Erfahrungen.

die erstern warm wurden. Dieß hatte einen so guten Erfolg, daß nach drei Stunden die Röthe und Geschwulst schon abzunehmen anfieng, und gegen Abend schon ganz verschwunden war. a)

Wundliegen.

In den Entzündungen des Kreuzes und der Hüfte, die durch das Wundliegen in hitzigen Fiebern entstehen, und sehr oft schnell in brandige Geschwüre übergehen, ist das öftere Waschen mit frischem Waßer das beßte Heilmittel. b) Nichts hat Fauce so kräftig gefunden, die Heilung der Wunden zu beschleunigen, und eine dauerhafte Narbe zu machen, als das öftere Waschen derselben mit frischem Waßer; welches auch Lombard durch Erfahrung bestättiget gefunden hat. c) In allen Quetschungen des Kopfes und des Hirnschädels rathen itzt alle Wundärzte die Bähungen mit kaltem Waßer an. d) Ja Plenk setzt es unter die Ursachen des erfolgten Todes bei Wunden, wenn der Wundarzt bei Gehirnerschütterungen und allen andern Arten von Quet-

---

a) Ebendas. §. 22.

b) Opuscules de Chirurgie par Lombard.

c) Ebendaselbst.

d) Richters Chirurgie von Kopf- und Schußwunden.

Quetschungen kalte Umschläge aufzulegen vernachläßiget hat. a)

Daß endlich das kalte Waßer bei verbrennten und erfrornen Gliedern heilsam sey, ist zu sehr bekannt, um noch mehrerer Bestättigung zu bedürfen.

Beinbrüche.

Ich kann diesen Abschnitt nicht schließen, ohne zuvor noch von dem Nutzen der kalten Umschläge in Beinbrüchen Erwähnung zu thun, und hievon eine auffallende Krankheitsgeschichte anzuführen, die Chavasse erzählt, und gewiß Beherzigung und Nachahmung verdient: Ein junges Mädchen, die von einer reißbaren Leibesbeschaffenheit war, und schlaffe Fibern hatte, brach die kleine Schienbeinröhre. Der Bruch war ganz einfach. Nichtsdestoweniger legte der Wundarzt einen warmen Breiumschlag auf das Bein, und obgleich die Entzündung und Spannung beim Gebrauche dieses Mittels sich augenscheinlich vermehrte, so nahm doch derselbe seine Zuflucht zu warmen Bähungen. Diese aber hatten die üblen Folgen, daß die Entzün-

---

a) Anfangsgründe der gerichtlichen Arznei. S. 33. u. 42.

zündung und Geschwulst nunmehr das ganze Glied einnahm, und die Kranke eine so unerträgliche Hitze bekam, daß sie zu phantasiren anfieng. Da man mich um Rath fragte, so empfahl ich kaltes Wasser aufzuschlagen, um die Ausdünstung und folglich auch die Kälte deßelben auf alle nur mögliche Art zu vermehren. Es war dieses kaum zwei Stunden geschehen, als schon die widernatürliche Anhäufung der Hitze in dem gebrochenen Beine sich zu vermindern anfieng, und die Kranke nach dreißig Stunden von allen Schmerzen frei war.

Zwei

Zweiter Abschnitt.

Das kalte Bad kühlt und dämpft die Entzündungshitze.

Fieber.

Außer den Wirkungen, welche der äußerliche Gebrauch des kalten Waßers auf die Haut, die es berührt, hervorbringt, kömmt sogleich die zweite Wirkung zu erwägen, welche von seiner Kälte herkömmt. Der Mechanismus unseres lebenden Körpers ist so beschaffen, daß er in sich selbst und in jedem einzelnen Theile Wärme hervorbringt und unterhält; so wie nun diese Wärme einen wesentlichen Theil des Lebens ausmacht, und deßen Verminderung Krankheit, deßen Mangel aber den Tod verursacht: so kann auch deßen Vermehrung über den gehörigen Grad unzählbare und eben so gefährliche Krankheiten hervorbringen. Da aber die vermehrte Wärme entweder im ganzen Körper oder nur allein in einzelnen Theilen deßelben sich zeigen

kann,

kann, so theilen sich auch die daraus entstehenden Krankheiten in zwei Klassen: in allgemeine, und örtlicht, die unter dem Namen: Wallungen, Fieber und Entzündungen bekannt sind. Es ist leicht zudenken, daß eine Sache, die kalt ist, der Wärme entgegen sey, und daher ist es allgemein bekannt, daß ein kalter Körper von der Hitze des wärmern, wenn er ihn berührt, so viel einsauge, bis die Wärme in beiden gleich ist. Der kältere Körper wird wärmer, so wie der wärmere kälter wird. Nichts ist daher natürlicher, als daß das kalte Waßer in Krankheiten, wo zu viel Wärme die Krankheit macht, nützen müße: indem es die zu groβe Wärme in sich saugt. Wie viele Krankheiten giebt es nicht, wo ein Trunk reines, kühles Waßer dem Kranken das höchste Labsal scheint; wo er oft so gerne seinen brennend heißen Arm in kaltes Waßer steckte, und in Ermanglung deßen ihn an die Mauer fest andrückt, um wenigstens auf diese Art sich einige Linderung zu verschaffen. Indeßen verbieten die Aerzte, die sich die getreuen Ausleger der Natur nennen, dieses lauten Ruffes der Natur ungeachtet, alles Kalte, überhäufen den Kranken noch mehr mit warmen Getränken und warmen Umschlägen, und wähnen, daß sie kühlen, wenn sie in das dampfende Getränke einige Gran Salpeter oder einige Löffel Früchtensaft hineinthun.

Ich

Ich weiß sehr wohl, daß es viele Krankheiten giebt, wo die Fieberhitze gut und heilsam ist; aber es giebt noch mehrere, wo sie zu stark ist, und wo die Hitze selbst eine Krankheit ist; wo gerade diese Hitze, das erhitzte Geblüt die tödtlichsten Folgen verursacht. Zudem dämpft das kühle Verhalten niemals die Wirkungen der Natur, wenn es nicht, wie es oft bei der beßten Sache geschehen kann, übertrieben wird. Ich habe in Fiebern diejenige Kranke, welche nach kaltem Waßer lechzten, auf daßelbe häufig schwitzen und sich bald erholen gesehen; da hingegen bei andern mit allen ihren Getränken die Haut immer trockner und ihre Krankheit stäts ärger wurde.

Der Nutzen, den das kalte Baden in diesen Krankheiten bringen muß, ist offenbar: es ist einmal eine unerträgliche Hitze im Körper, alle Häute sind trocken, und der Kranke hat den heftigsten Durst. Was ist hier natürlicher, als der Stimme der Natur zu folgen. Das kalte Waßer nützt hier zweifach: es feuchtet an und kühlt. Die Schweißlöcher verschlingen es, so zu sagen, und sogleich wird es mit in den Umlauf gerißen. Itzt wird es warm bei dem erhitzten Blute; aber eben, weil es warm wird, hat es dem Blute seine Kälte mitgetheilt, und muß also nothwendig kühlend gewesen seyn. Durch die Hitze wird das Blutwaßer dünne, tritt aus den

Gefäßen, und macht entweder Eiterungen oder unheilbare Verwachsungen. Das Blut selbst wird rarefizirt, oder, wenn sonst eine faule Schärfe mit verbunden ist, zugleich aufgelöset. Die Kälte des Waßers verhindert die tödtlichen Folgen der Verdünnung, indem es das Blut und deßen Waßer kompakter macht, und beiden ihre gehörige Festigkeit wieder giebt.

Die nämlichen und noch stärker kühlenden Kräfte besitzt das äußerlich gebrauchte Waßer: denn da es hier eine viel größere Oberfläche des Körpers berührt; da es immer um den Körper erneuert wird, und auf diese Art immer mit neuer Kälte denselben berührt, so muß auch die Kühlung viel geschwinder und viel stärker erfolgen. Es ist daher das kalte Waschen und Baden, mit Vorsicht und zur gehörigen Zeit gebraucht, gewiß eines der vortrefflichsten kühlenden Mitteln, das die Wärme aus dem erhitzten Blute aussaugt, es dicker und kompakter macht, der Rarefakzion der Säfte und ihrer Auflösung zuvorkömmt, und wenn sie schon da ist, vertreibt, die Vollblütigkeit verhindert, ihr Einhalt thut, ja selbst eine Gattung derselben völlig heilt; wie dieses auch Limburg in seiner Dissertazion über die Bäder in simplem Waßer sehr schön bewiesen hat: ja das geringste Nachdenken muß uns von

der

der Wahrheit deßelben überzeugen. a) Pomme schloß daher richtig auf den Nutzen der kalten Bäder, da er eine Rarefakzion der Säfte in den meisten krampfhaften Zufällen vermuthete. Durch sehr viele der glücklichsten Kuren zeigt er die glücklichsten Wirkungen der kalten Bäder in dieser Krankheit. b)

Nicht aber bloß in Mittheilung der Kälte beruht der Nutzen des äußerlichen Gebrauchs des kalten Waßers: denn so kalt auch immer das Flußwaßer ist, so sehr es daher die Schweißlöcher des Badenden vom Anfang zusammenzieht, so ist doch unstreitig, daß während dem Baden eine Einsaugung vor sich gehe; dieß lehrt uns selbst das tägliche Phänomen, daß bei dem dürstigsten Menschen, deßen lechzende Zunge dürre wie Holz ist, der Durst gleich aufhört, sobald er sich badet. So giebt uns auch Percival hievon einen auffallenden Beweis: Ein Mohr ward im Monat März 1759 zu Südkarolina lebend in Ketten aufgehenkt; er bekam die ganze Zeit nichts zu eßen, noch zu trinken: und dennoch ließ er alle Tage Urin. "Dieß kam vermuthlich„ sagt Percival, "vom Nachtthau her, der hinlängli-

a) Differt. fur les bains d'eau simple. Liege, 1757.
b) Pomme l. c.

che Feuchtigkeit zur Ausdünstung und zum Urinlaßen gab. a) So hat auch Franklin beobachtet, daß das Baden in der See den Durst lösche; und ich selbst habe an mir und andern diese Beobachtung auch im Flußwaßer wahr gefunden. Nebstdem lehrt es der Stuhl, welcher, wenn er, wie dieses bei vielen eine Krankheit ist, verstopft, hart, oder selten ist, auf das Bad sich insgemein einstellt.

Hitzige Fiebern.

In jedem hitzigen Fieber, wo das Uibergewicht der Hitze vielleicht das meiste der Krankheit ausmacht, ist das kalte Waßer, so wie in jeder Krankheit der Wallung, eines der beßten Mittel. Hahn legte in einem grassirenden Fieber den Kranken Eis auf den Kopf, wenn sie phantasirten, und nie sahe er etwas Uibles darauf erfolgen; sondern die Hitze und das Phantasiren legte sich bald, und immer zum Beßten der Gesundheit. So hat uns auch schon Galenus eine Geschichte von einem Weibe hinterlaßen, die in der Hitze des Fiebers in einen Brunnen gesprungen, und sogleich darauf Erleichterung gespürt, das Phantasiren verloren, und

bald

---

a) Essais medical and experimental by th. Percival. Lond. 1773. Vol. 2. pag. 53.

bald darauf ihre Gesundheit wieder erlangt hat. Baynard führt ähnliche Beispiele an, wo Kranke in der Hitze des Fiebers theils durch Instinkt, theils auch auf Verordnen der Aerzte ins kalte Waßer gegangen sind, und ihre Gesundheit dadurch wieder bekommen haben. a) Nachlaßen des Phantasirens, Feuchte der Haut, Schweiß und weiche, erleichternde Stühle sind insgemein die Wirkungen des kalten Bades in diesen Krankheiten. Baynard führt sogar Beispiele von Leuten an, die mit der Pest behaftet gewesen; einer davon war in der Raserei des Nachts in einen Teich gesprungen, und darin bis an den Morgen sitzen geblieben; die andere aber, welche eine Wärterin war, war von ungefähr in einen Brunnen gefallen, wo sie alsobald zu ihrem Verstande gekommen ist: beide sind in kurzem vollkommen wieder gesund worden. b) Sangez bedeckte die Kranken, die an Faulfiebern darnieder lagen, in ihrer tödtlichen Schwachheit mit Schnee; und von 36, die er so behandelte, starb kein einziger. c) Cullen lobt ebenfalls den äußerlichen Gebrauch des kalten Waßers in Faulfiebern: dadurch, sagt er, komme man der Auflösung des Säfte zu-

a) Baynard l. c.

b) Ebend.

c) Comm. Litt. Nor. an. 1736.

vor, kompingire dieselben, die festen Theile würden dadurch gestärkt und die Nerven aus ihrer tödtlichen Schwäche gereißt. a) In der tödtlichen Schwäche der Faulfiebern, da der gesunkene Puls, die Abnahme aller Kräften — da alles den nahen Tod ankündigte — rettete Theden sehr oft die Kranken mit diesem Mittel. Er läßt ihnen eiskalte Umschläge auf den Bauch legen, und auf dieses findet er dann insgemein in kurzem den Puls sich erheben, den Schweiß hervorbrechen, und die Kräfte sich wieder einstellen; die Zugpflaster, welche kurz zuvor in tödtlicher Unthätigkeit auf der Haut lagen, fangen dann wieder an, ihre Wirkung zu thun, und die Sterbenden kommen wieder zur Gesundheit. b) La Marque erwähnt eines epidemischen gallichten Faulfiebers zu St. Jean d'Angeli, wo ein mit diesem Fieber befallener Kranker, der anfangs nicht gehörig mit abführenden Mitteln gereiniget worden war, nun in der größten Gefahr da lag, mit heftigen Krämpfen des untern Kinnbackens und des übrigen Körpers. Dieser wurde bloß durch eiskaltes Waßer gerettet: man gab es ihm häufig zu trinken, brachte ihm Klistire davon bei, und legte ihm Tücher auf den Leib, die beständig in kaltem Waßer getaucht wur-

---

a) Cullen firft lines of practice in phyfick.

b) Theden l. c.

wurden. Er führt noch mehrere ähnliche Fälle an. a) So lobt auch Gattenhof die kalten Umschläge in Gall- und Faulfiebern. b)

Ich kann den Nutzen des kalten Waßers in hitzigen Fiebern nicht beßer bestättigen, als wenn ich die Bemerkungen des D. Wright ganz hersetze, welche er über die bösartigen Fieber und die Heilung derselben durch kaltes Waßer und frische Luft ins Londener mediziniſche Journal eingerückt hat. c) "Von der Zeit an„ schreibt er, " daß die Aerzte die frische Luft und das Trinken kalter, wäßrichter Getränke in den Blattern und bösartigen Fiebern so nützlich befunden haben, sind diese Krankheiten in den zwischen den Wendezirkeln gelegenen Gegenden nicht mehr so tödtlich, als sie vorher gewesen.

Da ich oft selbst bemerket, wie sehr Personen, die an bösartigen Fiebern krank darnieder lagen, durch das Waschen der Hände und des Gesichts mit kaltem Waßer erfrischet wurden, so brachte mich dieses auf die Gedanken, daß das kalte Bad zu manchen guten Endzwecken in hartnäckigen, bösartigen

a) Journal der medecine de Paris. T. 66.

b) Diff. de frigore febrili.

c) Lond. medical Journ. Vol. 7. P. 2. pag. 109.

und faulichten Fiebern dienen müßte. Da aber dieses Verfahren in Jamaika ganz neu und von der daselbst gewöhnlichen Methode so sehr verschieden war, so konnte ich daßelbe nicht gut vorschlagen, und es würden sich auch, wenn ich dieses gethan hätte, die Pazienten und deren Verwandte solches schwerlich haben gefallen laßen. Ich behielt also diese Idee bei mir, und wartete auf eine günstige Gelegenheit, diese Methode zu untersuchen, die sich aber nicht eher, als auf meiner Rückreise von Jamaika nach England ereignete.

Ich schiffte mich den ersten April 1777 auf einem Schiffe ein, das nach Liverpool bestimmt war, und seegelte noch denselben Abend aus der Montago-Bay ab. Der Schiffer sagte mir, er hätte noch denselben Tag, wo wir abseegelten, verschiedene Matrosen angenommen, deren einer eine Zeitlang in einem Hospitale gewesen wäre, und itzt auch nur sich erst in der Wiederherstellung befände.

Am 23sten August befanden wir uns in der Breite der Bermudischen Inseln, und hatten drei Tage lang einen sehr ungestümmen Wind gehabt. Der ebenerwähnte Matrose bekam hier einen Rückfall, und ein Fieber, das mit Zufällen verknüpft war, welche die größte Bösartigkeit anzeigten. Ich besuchte diesen Pazienten oft, konnte ihn

aber

aber nicht bereden, sich aus einem finstern und engen Aufenthalte an einen lüftigen und schicklichern Theil im Schiffe bringen zu laßen. Und da er gar keine Arzneien nehmen, ja sogar nichts genießen wollte, so starb er am achten Tage seiner Krankheit.

Ich selbst wurde bei meinen Besuchen des Pazienten angesteckt, und fieng am 5ten September an, mich übel zu befinden. Folgendes ist ein Auszug meiner Krankheitsgeschichte, die ich mir täglich aufgezeichnet habe.

Ich hatte mich viele Jahre in Jamaika aufgehalten, allein es fehlte mir, außer daß ich von der Wärme des Klima und der vielen Arbeit etwas entkräftet war, zu der Zeit, wo ich mich einschiffte, weiter nicht das geringste. Es konnte aber leicht seyn, daß der eben gemeldete Umstand mich desto geschickter machte, von der besagten Krankheit angesteckt zu werden.

Am 5ten, 6ten und 7ten September hatte ich von Zeit zu Zeit kleines Frösteln — eine widernatürliche Hitze in der Haut — einen stumpfen Schmerz in der Stirne. — Der Puls war klein, aber geschwind; — der Appetit weg; doch hatte ich keine Uiblichkeit, noch Hang zum Brechen; — die Zunge war weiß und schleimicht. — Ich hatte wenig oder gar

keinen Durst. — Der Leib war gehörig offen; — der Urin blaß, und sparsamer, als er seyn sollte. — Die Nächte brachte ich unruhig zu; fuhr öfters dabei auf, und phantasirte etwas.

Am 8ten September hatte sich die Heftigkeit aller dieser Zufälle vermehrt; ich hatte Schmerz in den Lenden und in den untern Gliedmaßen, und die Schenkel und Kniekehlen waren mir steif.

Ich nahm am zweiten Tage meiner Krankheit ein gelindes Brechmittel, und am folgenden Morgen eine Abkochung von Tamarinden, und hierauf des Abends ein Opiat, das mit dem Spießglanzwein verbunden war. Es verschaffte mir aber dieses keinen Schlaf, und erregte auch keinen Schweiß. Da keine entzündungsartige Zufälle zugegen waren, so nahm ich alle Stunden ein Quentchen von der Fieberrinde, und fuhr damit sechs Stunden nach einander fort, trank auch von Zeit zu Zeit ein Glas rothen portugiesischen Wein, welches aber alles, dem Anschein nach, mir keinen großen Nutzen verschaffte. So lange ich mich auf dem Verdecke des Schiffes befand, waren meine Schmerzen allemal sehr erleichtert, und je kälter die Luft war, desto beßere Dienste leistete mir solche. Dieser Umstand, und der, daß alle bisher von mir gebrauchten Mittel keine Beßerung bewirket hatten, ermunterte mich, an mir selbst

das

das zu versuchen, was ich so oft an andern versuchen zu können vergeblich gewünschet hatte.

Am 9ten September zog ich, nachdem ich die nöthigen Vorschriften ertheilt hatte, alle meine Kleider aus, und nahm statt derselben eine Matrosenjacke um, die ich auch, sobald ich auf das Verdeck gekommen war, wegthat. Man goß sodann auf einmal drei Eimer kaltes Waßer auf mich. Die dadurch hervorgebrachte Erschütterung war groß; aber ich verspürte eine augenblickliche Erleichterung darnach. Der Kopfschmerz und die andern Schmerzen verminderten sich in einem Augenblick, und es erfolgte eine angenehme Wärme in der Haut und ein gelinder Schweiß. Gegen Abend aber droheten dem ungeachtet die fieberhaften Zufälle einen Rückfall, da ich dann zu dem vorigen Mittel meine Zuflucht nahm, welches die nämlichen guten Wirkungen leistete. Ich aß nunmehr mit gutem Appetit, und hatte zum erstenmale diese Nacht einen gesunden Schlaf.

Am 10ten September hatte ich kein Fieber, sondern nur eine geringe unangenehme Empfindung in den Kniekehlen und Schienbeinen. Ich bediente mich heute des kalten Bades zweimal.

Am 11ten September hatten sich alle Zufälle verloren; ich gebrauchte aber doch, um einen Rückfall zu verhüten, heute wieder zwei kalte Bäder.

Ein junger Mensch, Herr Thomas Kirk, der sich als Reisender auf dem nämlichen Schiffe befand, wurde den 9ten August mit einem Fieber befallen. Seine Zufälle waren den meinen sehr ähnlich, und da derselbe einige Arzneimittel genommen hatte, ohne davon eine Erleichterung zu bemerken, so bekam er auch ein Verlangen, das kalte Bad zu versuchen, welches er auch am 11ten und 12ten September that, und dadurch glücklich wieder hergestellt wurde. Er hält sich anitzt in der Gegend von Liverpool auf.

Wir haben eine Menge von Zeugnißen sowohl älterer als neuerer Aerzte, welche die Heilung fauler und bösartiger Fieber durch das häufige Trinken des kalten Waßers und den äußerlichen Gebrauch deßelben sattsam beweisen.

Die alten griechischen Aerzte ließen bei der heftigen Hitze der hitzigen, brennenden Fieber ihren Kranken kaltes Waßer trinken, und tauchten solche zuweilen gar in ein kaltes Bad. Sie erwarteten allemal von diesem Verfahren einen häufigen und kritischen Schweiß.

D. Mi.

D. Nikolaus Cyrillus, ein gelehrter, scharfsinniger, praktischer Arzt, und öffentlicher Lehrer der Arzneikunst zu Neapel, hat (Phil. Transact. Vol. 36. Vol. 410. deutsche Uibersetzung, 2ter B. S. 264.) eine umständliche Nachricht von den guten Wirkungen mitgetheilt, die ihm der innerliche Gebrauch des kalten Waßers bei bösartigen Fiebern zu Neapel verschaffet hat. Er erzählt sogar, daß man in sehr hartnäckigen Fällen Schnee und Eis auf die Brust der Pazienten gelegt hätte. Dieß Verfahren war von einem so großen Nutzen, daß man solches durchgängig zu Neapel annahm, und es wird daßelbe bis itzt noch in dergleichen Fällen daselbst befolgt.

Der Arzt zu Breslau, D. Johann Gottfried von Hahn, hat (Act. Nat. Curios. Vol. X. App. 3.) die Geschichte eines fauligten, epidemischen Fiebers beschrieben, welches in Breslau im Jahre 1737 herrschte, und bei welchem jede Heilmethode unwirksam war; bis endlich kaltes Waßer, vermittelst damit naßgemachter Schwämme, an den Körper gebracht wurde. Unter andern Beweisen, die er zum Nutzen dieser Methode anführt, erwähnt er seines eigenen Falls, wo er sich auch dieses Mittels bei der nämlichen fauligten Krankheit mit dem beßten Erfolge bediente.

Der berühmte Reisende Chordin wurde, da er sich auf seiner persianischen Reise zu Gamberon im Jahre 1763 aufhielt, daselbst mit einem bösartigen, brennenden Fieber befallen, welches mit Phantasiren und vielen andern schlimmen Zufällen verknüpft war. Nachdem er vielerlei Mittel ohne gewünschte Wirkung gebraucht hatte, wurde er endlich sehr geschwind dadurch wieder hergestellt, daß man sich bei ihm des kalten Bades bediente.

Dieses so ungewöhnliche und bewundernswerthe Verfahren, sagt D. Glaß (First Letter to Dr. Batier, p. 37. Lond. 1767. 8vo.) deßen man sich mit einem so guten Erfolge bei der Heilung eines hitzigen, brennenden Fiebers bediente, das mit Schwäche, Ohnmachten und Entkräftung, ohne eine in die Augen fallende Ursache verbunden war, zeigt uns, wenn wir es gehörig überlegen, eine beßere Methode der Behandlung der faulichten, bösartigen Fieber an, als diejenige ist, deren man sich gewöhnlich zu bedienen pflegt.

Es sind die hitzigen Fieber in Westindien weniger ansteckend, als sie es in unsern europäischen Gegenden zu seyn pflegen, weil daselbst im Ganzen nicht die nämlichen Ursachen statt finden, die bei uns zur Verschlimmerung und Ausbreitung der Ansteckung Gelegenheit geben. Die Pazienten lie-

gen

gen gemeiniglich in lüftigen Zimmern, die die Luft durchstreichen kann. Allein in Gefängnißen und sehr angefüllten Hospitälern und Schiffen sind die Fieber in Westindien eben so ansteckend, als in Europa, wovon ich viele Beispiele in den letzten vier Jahren meines dortigen Aufenthalts gesehen habe. Die Heilung wurde in solchen Fällen dadurch bewirkt, daß man die Pazienten in eine beßere Luft brachte, sich der möglichsten Reinlichkeit in der Kleidung und dem Bettzeuge bediente, solche öfters in der See auf eine kurze Zeit baden ließ, ihnen bloßes kaltes Waßer oder dergleichen, das mit Vitriolelixier sauer gemacht war, zu trinken gab, ihnen einen mäßigen Gebrauch des Weines verstattete, und dabei die Fieberrinde verordnete. „

Eben so sind auch die Umschläge aus kaltem Waßer in den Symptomen des Faulfiebers, die oft sehr dringend sind, von großem Nutzen befunden worden. In dem Aufschwellen des Bauches (meteorismus) thuen Tücher in eiskaltes Waßer getaucht, und über den Bauch gelegt, oft die beßte Wirkung. Sarkonne versichert, daß er dadurch, ja oft durch das Auflegen des Schnees selbsten dieß Aufschwellen verhütet und vertrieben habe. a)

Tissot

---

a) Geschichte der Krankheiten von Neapel.

Tissot brauchte in dem faulen Gallenfieber wider diesen Zufall das nämliche Mittel mit der beßten Wirkung. a) So ist es auch gut in der Schlafsucht, in welcher sehr oft diese Kranke liegen. Schon Themison und Celsus haben es in dieser Krankheit angerathen, die sehr oft ein Symptom des hitzigen Fiebers ist, oft aber auch eine Krankheit für sich ausmacht.

So wie das kalte Waßer die Faulfieber und die Zufälle derselben heilt, so präservirt es auch vor solche. Lind in seiner Abhandlung von den Mitteln, die Gesundheit der Seeleute zu erhalten, befiehlt vorzüglich, daß sie sich bei warmer Zeit, oder in heißen Gegenden täglich in kaltem Waßer baden sollen; und er hat es aus eigener Erfahrung gefunden, daß viele Durchfälle und andere Beschwerden, als die bloße und einzige Wirkung einer ungewöhnlichen und großen Hitze, welche das System der festen Theile erschlappet, und eine Auflösung der Säfte verursachet, nicht allein durchs Baden im kalten Waßer kuriret worden, sondern ihre Wiederkunft, und selbst der erste Anfall von solchen Krankheiten ganz wirksam dadurch verhütet worden ist. b)

So

---

a) De febr. biliof. Lausanienf.

b) London on the mean of preserving the health of seaman in the royal navy. pag. 44.

So sagt auch Monro, da er von den Mitteln, die Gesundheit der Soldaten zu erhalten, redet: "Man hat gefunden, daß die beßten Verwahrungsmittel für Krankheiten in warmen Ländern folgende sind: erstens die Mäßigkeit; zweitens das Hüten für den Nachtdünsten; drittens die Munterkeit, und viertens die Gewohnheit, den Leib reinlich zu halten, und oft des Morgens in der See, oder in einem Fluße sich zu baden." a)

Die Encyklopedisten schreiben bei dieser Stelle: "Was man noch übrigens versichern kann, ist, daß der Gebrauch der Flußbäder in der Sommerhitze ein sicheres Verwahrungsmittel wider die Krankheiten ist, so in dieser Jahreszeit gewöhnlich herrschen." b) Auch Pringle verbietet den Gebrauch der warmen Bäder aus der Ursache, weil dadurch die Fibern erschlafft, und daher in Stand gesetzt werden, den Zunder der Ansteckung leichter zu fangen. c)

"Da unsere öftere epidemischen Fieber (sagt Floyer) von den Veränderungen der Luft, dem öf-

tern

---

a) Donald Monro, Beschreibung der Krankheiten der brittischen Feldlazarethen in Deutschland, aus dem Englischen. Altenb. 1766. Seite 270.

b) Dictionaire Encycloped. Art. bains.

c) Pringle, diseases on the army. §. 6.

tern Regenwetter und der starken Hitze herrühren, so kann man keine leichtere Art, solchen Krankheiten vorzukommen, ersinnen, als die kalten Bäder, die die Haut so hart machen, daß sie unempfindsam gegen die meisten Veränderungen der Luft wird. Der Magen wird merklich dadurch gestärkt, wodurch die üble Verdauung verhütet, die feinere Säfte, welche zu sehr rarefizirt und in ihrer Bewegung zu unruhig sind, zusammengedrückt, abgekühlt und zu ihren natürlichen Verrichtungen geschickter gemacht werden; die Muskeln werden dadurch stärker, dichter und kräftiger zu allen den Verrichtungen gemacht, die wir vornehmen: wodurch unsere Gesundheit immer sehr gut vermehrt wird. Zu allen diesen Vortheilen des kalten Bades mag ich noch beifügen, daß die Kälte des Waßers die Nervenfibern zusammenzieht, und dadurch ihre Bewegungen stärket, ihre Schlappheit aber, und eben dadurch auch die Ausleerungen der Säfte verhütet, so unserer Gesundheit nachtheilig seyn könnten. „ Auch Baynard führt in seinem Schreiben an den D. Floyer viele Beispiele an, daß während der herrschenden Blatterepidemie diejenigen, so in kalten Waßer gebadet wurden, sehr gut davon gekommen sind. Von der Pest, so im Jahre 1665 in England herrschte, und die er selbst erlebet hat, schreibt er: "Man hat angemerkt, daß die, so in Waßermühlen gewohnt, und auch Leute, so ums Waßer waren,

waren, als Schiffer, u. s. w., und die auf den Flüßen zu thun hatten, gar nicht, oder doch selten mit der Pest angesteckt worden sind. Ich entsinne mich, daß ich von einem Apotheker, einem artigen und vernünftigen Manne, der damals auf der Londner Brücke gewohnt hat, gehört habe, daß in der ganzen Zeit der Pest nur zwei Personen auf der Brücke gestorben sind, wovon man leicht nach der Wahrheit fragen kann, da annoch viele Leute leben, die damals auf der Brücke, oder nahe herum gewohnt. Zu der Zeit waren überhaupt die Leute matt, und zum schwißen geneigt. a)

Oertliche Entzündungen des Kopfes.

Ich komme itzt auf örtliche Krankheiten der Wallungen und Hitze, wo die Kongestionen des Bluts sich auf einzelne Theile geworfen haben. Ich will vom Kopf anfangen. Im Schwindel rühmt Boerhave den äußerlichen Gebrauch des kalten Wassers. b) In der Entzündung des Gehirns und in der Hirnwuth haben die größten Aerzte mit dem beßten Nutzen die kalten Bäder und Umschläge gebraucht. Lanzonus führt ein sehr merkwürdiges

a) Floyer Hist. of cold bathing. p. 229. & seq.

b) Boerhave de morbis nervor. cap. de vertigine.

Beispiel an, wo die Hirnwuth auf diese Art vertrieben worden. a) Noch merkwürdiger aber ist der Fall, den Willis anführt: Ein starkes und munteres Mädchen bekam die Hirnentzündung; sie phantasirte so heftig, daß man sie im Bette anbinden mußte. Willis ließ ihr etlichemal zur Ader, gab ihr kühlende und verdünnende Mittel; aber es wurde wenig damit ausgerichtet: das Phantasiren währte fort, stieg immer höher; sie schrie ohne Aufhören um Waßer, und blieb so eine ganze Woche ohne Schlaf. Er ließ ihr nachher so viel Waßer geben, als sie trinken wollte, und fuhr mit den kühlenden Mitteln fort; aber ihr Durst blieb unauslöschlich, und die Krankheit stieg immer höher. Endlich entschloß er sich, da er sahe, daß nichts helfen wollte, zu dem kühnesten Mittel: Mitten in der Nacht ließ er sie, an einem Stricke gebunden, in einen Strom werfen, und darin eine ganze Viertelstunde herumschwimmen. Als man sie herauszog, hatte sie sich schon ein wenig erholt; man legte sie ins Bett, worin sie in einen heftigen Schweiß ausbrach, und bald darauf ohne irgend einem andern Mittel vollkommen wieder gesund ward. b) Die Encyklopedisten, da sie auch dieser Kur Erwähnung

thun,

---

a) Misc. Nat. Cur. D. 3. ann. 5. & 6. obs. 121.

b) Willis de delirio & pleuritide. Cap. 10.

thun, seßen hinzu: " Man findet in der Praxis viele Beispiele von solchen Wunderkuren, die durchs Ungefähr geschehen sind: denn oft sind Leute in der Hirnentzündung von selbst in Teiche oder Brunnen gesprungen, und darauf gesund worden. „ a) Man findet dieses Mittel bei den Alten sehr gebräuchlich in dieser Krankheit. Asklepiades, Themison, Celsus, Cälius Aurelianus, Aetius — rathen alle Umschläge mie kaltem Waßer und das Waschen des Kopfes mit demselben in dieser Krankheit an. Eine eben so merkwürdige Kur berichtet Debaux, ein Arzt aus Marseille, in einem Schreiben an Pomme. Ein holländischer Schiffkapitän, stark und unterseßt, der sich eine geraume Zeit mit hißigen Weinen und Liqueurs täglich einen Rausch antrank, bekam die Hirnentzündung. Das Phantasiren, die Konvulsionen des ganzen Körpers, und ein unausseßlicher Durst hielten an, und leßterer wurde täglich stärker; die Stimme ward klingend, der Leib verstopft; es kam ein Schluchzen dazu, und das Phantasiren stieg bis zur Raserei. Den vierten Tag ward Debeaux gerufen; er fand ihn in diesem Zustande, aber ohne Fieber. Man hatte ihn bis ißt mit Aderlaßen und kühlenden Mitteln kurirt; er seßte diese Kurart fort, ließ aber acht Klistiere aus kaltem Waßer täg-

a) L. c. art. bains.

lich geben, und kalte Umschläge um den Kopf legen; dieß linderte ein wenig die Schmerzen des Kopfs, doch war dieß nicht hinlänglich, dem gewaltigen Uibel, das schleunige Hülfe forderte, genugsamen Widerstand zu thun. Er ließ ihn daher den achten Tag seiner Krankheit (es war der 22ste November) in einer großen Kälte in ein kaltes Bad setzen, setzte ihm zugleich eine Blase, die halb voll mit kaltem Waßer gefüllt war, auf den Kopf, und ließ ihn so anderthalb Stunden im Bade sitzen; trocknete ihn hernach mit kalten Tüchern ab, und ließ ihn dann wieder ins Bett legen. Der Kranke schnatterte noch eine halbe Stunde für Kälte im Bette, darauf schlief er ein, was er die ganze Zeit seiner Krankheit nicht gethan hatte; dreizehn Stunden schlief er hinter einander, und schwitzte dabei gewaltig; darauf nahm er eine Suppe, und schlief wieder zehn Stunden lang, schwitzte noch mehr als zuvor, und erwachte ganz frei von allem Uibel, so daß er in zehn Tagen wieder im Stande war, seine Reise fortzusetzen. a)

So

---

a) Pomme am ang. Orte.

So haben Todar a), Floyer b), Daniel c), Hahn d), Dupont e) und Bloch f) von kalten Umschlägen um den Kopf in Schlagflüßen die beßten Wirkungen erfahren. Crell g) hat hierüber eine besondere Abhandlung geschrieben, wo er sich auch vorzüglich auf Thedens Erfahrung beruft, der oft den Schlagfluß, als er so eben im Anbruch war, mit kalten Umschlägen verhütet hat. Becker in seinem vortrefflichen Beitrag zu der Lehre vom Schlagfluß, setzte auch die kalten Fomentationen über den ganzen Kopf mit unter die ersten Mittel, die man beim Schlagfluße anzuwenden hat. h) In der Schlafsucht hat es schon Celsus i) angerathen, und man findet überall k)

c) Comm. Litt. Nor. 1736. p. 9.

b) L. c.

c) Beiträge zur medizinischen Geschichte. 1ster Theil

d) Ebendas.

e) Journal de med. T. 32.

f) Mediz. Bemerk. Berlin, 1774. Seite 32.

g) Uiber die Vortheile kalter Umschläge um den Kopf in Schlagflüßen.

h) Baldingers neues Magazin für Aerzte. 9ten Bandes 1stes Stück.

i) Lib. 3. Cap. 20.

k) Mem. de l'academ. de scienc. ann. 1718. Philos. Transact. Acta Lipsiens.

Beispiele seines vorzüglichen Nutzen in dieser Krankheit. Im Schlagfluße, der vom Sonnenstich herkömmt, sind die kalten Umschläge als ein spezifizes Mittel von jeher angenommen. Cälius Aurelianus, Erasistratus, Celsus, Galenus und alle Neuere, rathen dieses als das beßte und am geschwindesten wirkende Mittel an. Tissot bezeugt a), daß er, wo alles umsonst angewendet worden, von kalten Bädern und Umschlägen die vortrefflichsten Wirkungen gesehen habe. Auch Lieutaud bekräftiget dieses b): "Mit glücklichem Erfolge „ sagt er, " werden in dieser Krankheit Umschläge aus kaltem Waßer über den Kopf, die Stirne und die Schläfe geschlagen. „ Proreymond hat auf diese Art die Hirnentzündung durch kalte Bäder geheilt. c) Ein Frauenzimmer, 29 Jahre alt, gallichten Temperaments, und von Natur zum Zorne geneigt, hatte sich an einem Orte, wo die Sonne sehr heiß schien, den Strahlen derselben mit zu weniger Vorsicht ausgesetzt. Sie klagte einige Stunden nachher über ein heftiges Kopfweh und einen Schmerz rings um das Zwerchfell, eilte daher nach Hause, und war genöthiget, sich ins Bett zu legen. Den andern Tag,

---

a) Avis au peuple.

b) Synopf. univerf. prax. med. T. 1. L. 1. S. 2.

c) Journal de Med. des Herrn Roux. T. 32. p. 130.

Tag, welches der 13te März 1769 war, zeigte sich das Fieber. Zu dem heftigen Kopfweh und dem Schmerz, der noch immer zuzunehmen schien, gesellte sich ein trockner Husten. Den 15ten und 16ten wurden die Zufälle noch heftiger. Das Athmen ward sehr beschwerlich, der Schmerz unerträglich, und endlich verfiel die Kranke in eine wilde Raserei. Man ließ ihr reichlich Ader; es folgte aber keine merkliche Beßerung darauf.

Am 16ten ward er zu der Kranken gerufen. Sie schrie entsetzlich, und mitten in der Raserei bekam sie diejenige krampfichte Verziehungen des Mundes, die man das Sardonische Lachen nennt. Sie athmete sehr tief und geschwind; die Augen funkelten, und das Linke thränte; von Zeit zu Zeit biß sie die Zähne fest zusammen; die Hände zitterten, und es schien, als ob sie auf ihrer Bettdecke mit den Fingern Wolle zupfte. Hiezu kam ein ungezähmtes und verwirrtes Geplauder, das den Anwesenden Furcht und Entsetzen einflößte.

Er verordnete einen Absud von Reis mit Hönig und Salpeter, wovon sie häufig trinken mußte, und des Abends ein kaltes Halbbad, wodurch sie ungemein beruhiget wurde. Der fortgesetzte Gebrauch des Reiswaßers und zwei kalte Halbbäder, die sie noch den 17ten und 18ten

bekam, waren hinlänglich, sie aus einem so gefährlichen Zustande zu reißen.

Freilich weiß ich wohl, daß es nicht immer Entzündung des Gehirns ist, die diese Krankheit verursachet a): dieß ist aber eine gewiße Wahrheit, daß die Theile des Gehirns in dieser Krankheit immer in einer widernatürlichen Spannung sind b), wo dann auch in diesem Betracht das kalte Waßer seinen Nutzen haben muß.

In der langwierigen Hirnentzündung, in dem Wahnsinne (mania), haben die Aerzte mit eben dem Nutzen das Eintauchen ins kalte Waßer, die kalten Umschläge und das kalte Bad verordnet. Van Swieten führt einige solche Fälle an. c) "In dem Wahnsinne,, sagt Celsus, "der mit einer Traurigkeit verknüpft ist, ist das Uiberschütten des kalten Waßers über den Kopf von großem Nutzen.,, d) Auch Aretäus räth dieses an, wenn die hitzige Hirn-

---

a) Bonnet, Sepulc. anat. L. 1, Lect. 7. — die 1ste, 13te und 16te Beobacht. Beim Morgagni de sedibus & causis morborum, in seiner 7ten Epistel.

b) Morgagni l. c.

c) Tom. 3. §. 1132.

d) Lib. 3. cap. 17.

Hirnentzündung in die langwierige übergeht. a) Planque erwähnt in seiner medizinischen Bibliothek eines Mädchens, das zu gleicher Zeit närrisch und Taub geworden war; man hatte sie in Verwahrung gehalten. Auf einmal machte sie sich heimlich los, floh davon, und flüchtete sich in einen Wald, worin sie fünf Tage lang ohne Speisen zubrachte; zwei Tage und Nächte war sie dabei einem gewaltigen, anhaltenden Regen ausgesetzt. Das that aber eine gute Wirkung auf sie, so daß sie völlig zu ihrem Verstande und Gehöre wieder kam. b). So hat auch Theden auf Anrathen des D. Hahns, einen Wahnsinnigen mit dem kalten Bade und dem Auflegen des Eises auf den Kopf wieder zu Verstand gebracht; ja er versichert dabei, daß Hahn sehr viele Wahnsinnige auf diese Art wieder herstellte. c) Auch Lenthner hat durch kalte Umschläge auf den Kopf und durch kalte Fußbäder einige Wahnsinnige vollkommen geheilt. d) In dem Scheintodt nach mephitischen Dünsten, die durch Erstickung und mit dem Schlagfluß tödten, räth Portal als das beßte Belebungsmittel an, man

solle

---

a) De diut. morb. curat. Lib. I. cap. I.

b) Journal Encycloped. Janv 1762.

c) Neue Bemerk: und Erfahr. 1766. S. 145.

d) Ebendaselbst.

ſolle den Menſchen fleißig mit kaltem Waßer begießen. Bei einem Wahnſinne, der nach einer Starrſucht entſtanden, leiſtete kaltes Baden, in Verbindung mit andern Mitteln, heilſame Dienſte. a)

In Halsentzündungen haben ſich kalte Gurgelwaßer, ſelbſt das Eis in den Mund genommen, vorzüglich nützlich gezeigt. Die geſchwollenen Drüſen ziehen ſich durch die Kälte zuſammen, und die Entzündung wird gehoben. In einer heftigen Halsentzündung, womit ein gänzliches Unvermögen zu ſchlingen verbunden war, und wo man Aderläße, Blutigel, Blaſenpflaſter, Purgiermittel und alle Arten von kühlenden Mitteln umſonſt gebraucht hatte, ließ man den Kranken klein geſtoßenes Eis in den Mund nehmen, von dieſen kamen allgemach einige Tropfen hinunter, und durch den fortgeſetzten Gebrauch des Eiſes kam endlich das Vermögen zu ſchlingen zurück, und die Entzündung zertheilte ſich gänzlich in einigen Tagen. b)

Ka-

---

a) Beobacht. von K. A. W. Berends. S. Baldingers Magazin für Aerzte. 9ter B. 3tes St. 1787.

b) Hiſtoire de l'Academ de ſciences, l'an. 1760. f. 46.

Katharrhalische Krankheiten.

Nun komme ich zu den Katharrkrankheiten. Diese kommen von nichts anders, als von einer zu großen Hitze der flüßigen Theile, oder, wie sich Moneta ausdrückt, von einer nicht verhältnißmäßigen Wärme zum dermaligen Zustand unsers Körpers, und von einer zu großen Schlappheit der festen Theile, besonders der Schleimhaut her. In diesem Uibel ist es nun überall als was Bekanntes angenommen, daß das kalte Verhalten und der äußerliche Gebrauch des kalten Waßers das beßte Heilmittel sey. Tausend Leichen waren erst im Stande, den Irrthum aufzudecken, worin man so lange gewesen war: da man die Krankheiten fälschlich von verhaltener Ausdünstung herleitete, und in diesem Wahne nichts als schweißtreibende und hitzige Mittel gab, wodurch man die Wallungen vergrößerte, und aus einer Unpäßlichkeit, die auf ein Paar Gläser frisches Waßer und etlichemal Waschen mit selbem vergangen wäre, nun in eine förmliche hitzige Krankheit übergieng; oder, wenn sie sich sobald nicht verschlimmerte, mit unheilbarer Schwindsucht endete. Diese Krankheit entsteht gemeiniglich, wenn man aus einer starken Kälte zu geschwind in ein warmes Zimmer geht. So wie nun jeder plötzliche Uibergang aus dem Froste in die Wärme auf jeden Körper schädliche Eindrücke macht, die festern

Theile

Theile in ihrem Zusammenhange zerstört, sie mürbe macht, und die Säfte in Unordnung bringt, wie wir dieses an allem, was uns umgiebt, sehen können; eben so kann man auch denken, daß das Nämliche in diesem Falle unserem Körper begegnen müße. So wie wir aber den Frost mit Schnee und kaltem Waßer aus dem Körper ziehen, um ihn stuffenweis näher zur Wärme zu rücken; eben so muß dieß auch bei dem geringern Grade deßelben, bei dem erkälteten Körper geschehen, wenn nicht Erschlappung der festen Theile durch die plötzlich hineindringende Wärme erfolgen soll. Ist aber einmal dieser Fehler geschehen, und sind darauf die nothwendig entstehende üble Wirkungen gefolget, so werden sie gewiß dadurch verschlimmert werden, wenn man die Wärme noch vermehrt; da im Gegentheil der Fehler bald wieder gut gemacht werden könnte, wenn man den Grad der Wärme verringerte, und ihn näher zur vorigen Kälte rückte: wodurch die festen Theile gestärkt, die erschlappten wieder zusammengezogen, und die flüßigen Theile von der allzugroßen Wallung befreiet würden.

Das erste, was man empfindet, wenn man aus einer kalten Luft plötzlich in eine warme kömmt, ist ein dumpfes Kopfweh, besonders vorne an der Stirn über den Augen, dann Schnuppen vom Anschwellen der Schleimhaut in der Nase und ihren Höhlen,

besonders der Stirnhöhlen; Heiserkeit kömmt sehr oft dazu, und eine Beklemmung der Brust, wobei man umsonst mit dem Husten etwas herauszupreßen sucht. Kömmt nun innerlicher Frost dazu, so ist diese der Anfang des Katharrfiebers, das nach der Heftigkeit und Dauer des Frostes geringer oder heftiger wird. Entzündung ist oft der Gefährte dieses Fiebers, besonders wenn durch die üble Behandlung das kühle Verhalten versäumet, und die Krankheit mit schweißtreibenden Mitteln angegriffen wird. Es braucht aber nicht allzeit die Ursache so sichtbar zu seyn, naßwarme Luft, die die festen Theile, besonders die Schleimhaut schlapp macht, ist hinlänglich, diese Krankheiten zu erregen, sobald man durch irgend eine Ursache Wallungen in die flüßigen Theile bringt; ja wenn einmal diese Theile geschwächet worden, und die Feuchtigkeiten sich in selben zu häufen gewohnt sind, dann ist schon ein kühler Wind hinlänglich, Schnuppen und Halswehe und alle andere Katharrhalzufälle zu verursachen. Daher sieht man so viele das ganze Jahr hindurch mit diesen Uibeln geplagt, die schon einige Tage vorher die Veränderungen des Wetters an der Zu- und Abnahme ihrer Zufälle wittern können.

In diesen Zufällen ist nun das kalte Verhalten und besonders der äußerliche Gebrauch des kalten Waßers das beßte Mittel, sowohl selben vorzubeugen,

gen, als auch, wenn sie wirklich da sind, abzuhelfen. Wir sehen schon bei Hermann van der Heyden, mit was für Erfolg er diese Kur an sich selbst versucht hat: denn da er an einem langwierigen Schnuppen und Kopfwehe litte, so entschloß er sich, den Kopf alle Morgen unter einem Kanal zu halten, und das Waßer über denselben laufen zu laßen; die Wirkung davon war so schleunig, daß er in sechs Wochen vollkommen von allen Uibeln befreiet war. Er berichtet auch von einem Mädchen, das vom Auflegen naßer Tücher, die man in kaltes Waßer getaucht hatte, ihr Kopfwehe, womit sie lange Zeit behaftet gewesen, verloren habe. Ja er sagt von einem Manne, der 20 Jahre lang ein beständiges Kopfweh gehabt, und bloß mit diesem Mittel davon befreiet worden ist. a) Smith führt einen Mann an, der mit einem langwierigen Husten behaftet gewesen, und denselben auf das Waschen des Kopfes mit kaltem Waßer verloren habe. b) Ich habe vorher schon den Celsus angeführt, wie er das kalte Waschen gegen diese Krankheiten anrühmt. "Dessterm Schnuppen unterworfene Personen,, sagt Tissot c), " welche man gewöhnlich Flüßige nennt, glauben,

daß

---

a) Schwertneri Medic. vere univers.

b) Ebendaselbst.

c) Anleitung fürs Landvolk.

daß sie sich sehr warm halten müßen; das ist ein Irrthum, der sie vollends zu Grunde richtet. — Warme Getränke, (sagt er weiter) deren sie sich bedienen, machen das Maaß voll. Sie haben nur ein Mittel zu ihrer Genesung, dieses nämlich: daß sie sich an die Luft gewöhnen, die warmen Stuben fliehen, ihre Bekleidung nach und nach vermindern, in der Kälte schlafen, lauter kalte Speisen und Getränke zu sich nehmen, wie ihnen dann auch selbst die mit Eis abgekühlten Getränke heilsam sind; sehr mäßig leben; alles Eingesalzene, Backwerk, in Fett, Butter oder Oel Gebratenes, anderes Fett und Rahm schlechterdings meiden; sich viel Bewegungen machen, und endlich, wenn das Uibel eingewurzelt ist, sich lange Zeit des Chinapulvers und der kalten Bäder bedienen. „

Auf diese Art werden auch die übrigen Katarrhalkrankheiten am beßten gehoben, welche, auf eine andere Art behandelt, langwierig und sehr oft tödtlich werden. Der Krampfhusten der Kinder, der trockne, schwindsüchtige Husten der Erwachsenen, der Steckkatharr der Alten gehören alle zu dieser Gattung, und werden meist dadurch tödtlich, daß sie mit warmen, erweichenden Getränken und Warmhalten unterhalten werden; da im Gegentheil durch die Kälte und das kalte Verhalten die Theile gestärket, der Zufluß der Feuchtigkeiten gemindert, die

Hitze gedämpft, und so diese Krankheiten sehr leicht vertrieben werden können. "In den ersten Jahren meiner Praxis (sagt Moneta a) vollkommen eingenommen für die Wirkung der Mittel, die unter den Namen der Antikatarrhalia bekannt sind, bemühte ich mich mit größter Vorsicht, und nach der von den beßten Schriftstellern bestimmten Methode, selbige in Katarrhalkrankheiten zu gebrauchen; die Kur zog sich oft in die Länge, so daß mir und dem Pazienten die Geduld vergieng, besonders über den unbändigen Husten. — — — Weil ich nun sahe, daß der Katharr auf die vorgeschriebene Art traktiret, dennoch sich sehr in die Länge zog; dagegen die Leute, die den ganzen Tag in der Kälte zubringen, gemeiniglich frei von diesen Zufällen sind, anstatt daß die, so selten aus der Stube kommen, fast beständig und sehr heftig husten, so gerieth ich auf den Gedanken, daß doch die Kälte nicht die Ursache dieser Krankheit seyn könne, vielmehr müße sie selbige abhalten. — Ich nahm mir daher vor, bei erster Gelegenheit mich davon zu überzeugen, und an mir selbst den Versuch anzustellen.„ Bald darauf bekam er bei einer starken Kälte den Schnuppen und Husten: er fand, daß er ihn in der Kälte weniger

hatte,

---

a) Chr. de Moneta, Abhandlung, daß die Kälte und das kalte Waßer in Katharrkrankheiten wahre Heilmittel sind.

hatte, und in der Wärme stärker bekam; er fieng daher an, kaltes Waßer zu trinken, sich damit oft das Gesicht zu waschen, es in die Nase aufzuziehen, und hielt sich kalt dabei; auf diese Art verlor er itzt die ganze Krankheit in zwei — drei Tagen, da er sonst mehrere Wochen damit zubrachte. Gleich darauf bekam sein Bedienter eine Heiserkeit, die ihm die Sprache ganz unverständlich machte; diese vergieng in einem einzigen Tage, als er ihn in einer starken Kälte auf einem Schlitten vier Meilen fahren ließ, wobei er zugleich kaltes Bier getrunken hatte. Noch denselben Winter aber sahe er durch einen Zufall seine Muthmaßung völlig zur Gewißheit werden. Ein Edelmann bekam das Katharrhalfieber; mit der schweißtreibenden Methode war er schon so weit gekommen, daß er phantasirte, und in der höchsten Gefahr eines nahen Todes war. In der sechsten Nacht schleicht er sich im Phantasiren, als seine Wächter schliefen, heimlich aus dem Zimmer, und geht im Hemde bei starkem Frost und Schnee in den nahe gelegenen Wald; irrt da herum, bis seine Wächter, von der Kälte aufgeweckt, erwachen. Sie suchen ihn vergebens überall; endlich kömmt er von selbst wieder zurück, ganz bei Verstand und gleichsam erwacht: er schlief darauf ruhig, als man ihn wieder ins Bette gebracht, und am sechsten Tage war er, nur mit kühlenden Mitteln behandelt, bei vollkommener

Gesundheit. a) Ein anderer sprang ebenfalls in der größten Fieberhitze aus dem Bette, und gieng gerades Weges zu einem Teiche hin, worin er sich hineinsetzte. Auch dieser ward bald völlig wieder gesund.

" Da ich nun sah, (fährt er weiter fort) daß alle Katharrhalkrankheiten in einer Erschlappung der äußern Gefäße bestehen, so hatte ich meine Absicht in der Kur derselben bloß darauf gerichtet, die innerlich erregten widernatürlichen Bewegungen der Säfte durch kühlende Mittel zu dämpfen, und äußerlich die erschlappten festen Theile und Gefäße zu stärken, damit ihre Organisazion gar nicht verdorben, sie zu der ihnen erforderlichen Aktzion mehr fähig gemacht wurde. Dieses zu bewerkstelligen, hab ich kein Mittel geschickter und unschädlicher gefunden, als die kalten Bäder. Seit 14 Jahren, da ich nach solchen Gründen die Katarrhalkrankheiten zu kuriren angefangen, habe ich unter vielen hunderten Kranken nie gesehen, daß es ein einziges Mal fehlgeschlagen, oder daß es üble Folgen gehabt hätte. Dadurch bin ich so überzeugt worden, daß ich es ohne Unterschied, Alten und Jungen, ja bei Säuglingen, die am Keichhusten litten,

a) Ebendaselbst.

litten, auf diese Art zu verfahren, mit dem beßten Erfolge angerathen habe.„ a) Eben so hat auch Kohlhaas den Gebrauch des kalten Waßers in Katharrhalfiebern von vorzüglichem Nutzen gefunden. b)

Schwindsucht.

Ich glaube hier am rechten Orte von der guten Wirkung des kalten Bades in den Katarrhen und in einer Gattung der Schwindsucht zu handeln, da diese Krankheiten ihre ersten Fußstapfen sehr oft auf die Unordnung der Ausdünstung festsetzen; wenigstens ist es gewiß, daß diejenigen, so sich dieses Mittels zu bedienen pflegen, den Katarrhen bei weitem nicht so oft unterworfen sind, als es sonst zu geschehen pflegt. Sey es nun zurückgeschlagene Ausdünstung, sey es krampfhafte Wallung, oder sey es örtliche Schwäche, die die Katarrhen erregt, die zugleich den Keim zur folgenden Schwindsucht bilden, — in allen diesen Fällen hat das kalte Bad seinen guten Nutzen. Schon Galenus, der doch sehr behutsam mit den kalten Bädern war, räth sie in der Schwindsucht an. c) Celsus rühmte sie ebenfalls in der Heiserkeit und in Katarrhen. d) Fernelius

a) Ebendaselbst.

b) Baldingers neues Magazin. 3ter Band.

c) Ebendaselbst.

d) De Medic. Lib. 1. cap. 5.

behauptet, daß ein ordentliches kaltes Bad die innerliche Hitze wirklich verbeßere, besonders bei Abzehrungen. a) Als im Maimonat 1743 in London die heftigsten Krampfkatarrhen unter den Kindern herrschten, die sehr hartnäckicht und nach den Masern (morbilli) tödtlich waren; so fand Huxham nicht selten, wo schon alle andere Mittel vergeblich gebraucht waren, die kalten Bäder als das einzige Rettungsmittel. Doch durfte kein Fieber, noch Bluthusten da seyn. b) Der Freiherr van Swieten führt ebenfalls verschiedene Beobachtungen an, wo kalte Bäder und kaltes Waschen in der Schwindsucht mit gutem Nutzen gebraucht worden. c) Bergius sagt an einem Orte: "Die Erfahrung zeiget auch, daß diese Mittel in hektischen Zufällen von guter Wirkung sind: nämlich alsdenn, wenn die Hektik noch nicht überhand genommen. Daß eine schwache Brust das Waßer in Loka nicht nur vertragen könne, sondern sich auch bei demselben recht wohl befinde, hat Herr Doktor Viktorin in seinen angeführten Nachrichten vom Lokabade durch viele Beispiele bewiesen. Ich kenne (sagt er) hier in Stock-

---

a) Univ. medic. Lib. 4. cap. 1.

b) Opera phyf. med. T. 1. p. 289.

c) Comm. in aphor. Boerh. T. 4. pag. 38, 39, 40, & seq.

Stockholm einen Mann, der vor einigen Jahren von Zeit zu Zeit das Blutspeien hatte, nach und nach magerer ward, und den sogenannten Bandwurm bei sich trug; dieser ist durch den Gebrauch des Lokawaßers zum Trinken und kalten Baden, in einigen Sommern so weit gekommen, daß er nicht mehr Blut speiet, auch nicht so mager ist, ob er gleich noch nicht vom Bandwurm befreiet worden. Insonderheit erinnere ich mich eines hiesigen jungen Kaufmanns, welchen der Herr Archiater Schützer nebst mir vor einigen Jahren besuchte, nachdem er durch Blutspeien sowohl, als von einem auszehrenden Fieber dergestalt ausgemergelt war, daß er einem Gerippe ähnlich geworden; und da sich eben der Sommer nahete, so riethen wir demselben an, nach Loka zu gehen, das dortige Waßer zu trinken, und in demselben sich zu baden zu versuchen: er befolgte diesen Rath, und zwar mit so vielem Nutzen, daß sich seine Kräfte von Zeit zu Zeit erholten, das Blutauswerfen sich verlor, und sein Körper merklich wieder zunahm, besonders da er im folgenden Jahre den Brunnen abermal besuchte, und er befindet sich itzt noch ziemlich wohl. Ich glaube (schließt er) daß bei Loka die hektische Hitze theils durch das Quellwaßer, theils durch das Baden langsam abgekühlt und der ganze Körper nach und nach gestärket werde.„ In der Note unten schreibt er: "Es ist eine allgemeine Erfah-

rung, daß kleine Kinder oft auszehrende Fieber mit einem Bauch und Durchfall bekommen, wovon sie allmälig ausgemergelt werden, und gemeiniglich endigt sich ihr Elend mit dem Tode. Wenn man selbige nach dem Tode öffnet; so findet man gewöhnlich eine Verstopfung des Gekröses bei ihnen. Hiedurch sind die Aerzte aufmerksam geworden, dienliche Mittel ausfindig zu machen, um dem Uibel vorzubeugen. Unter andern Mitteln, die ich des Raumes wegen nicht anführe, bedient man sich innerlich der Rhabarberarzneien, äußerlich aber reibet man den ganzen Körper mit kaltem Waßer, wovon man erwünschte Wirkung spürt. „ Er hängt zugleich einen Fall hinten an, der dieß bestättiget. a)

Wechselfieber.

Eben so verhält es sich auch mit den Wechselfiebern: wenn einmal alles Widernatürliche aus dem Körper geschaffet worden, und nur der Karakter des Fiebers, der nach allem Anschein in der Schwäche der Theile des Unterleibs liegt, zu ersticken übrig ist, dann muß das kalte Bad, das diese Theile stärkt, von großem Nutzen seyn, wozu denn auch die Erschütterung, die durch daßelbe erregt

a) L. c. pag. 117.

regt wird, sehr vieles beitragen kann. Floyer hat die hartnäckigsten kalten Fieber mit seinen kalten Bädern kurirt. a) Auch Huxham hat dieses angemerkt. b) "Es giebt sehr viele Wechselfieber, (sagt er) die in anhaltend remittirende schleichende Faulfieber überzugehen pflegen, — oder gar mit Waßersucht sich enden. — Selbst die dreitägigen Frühlingsfieber, die oft von sich selbst bei schönem Wetter vergehen, werden nicht selten bei einem feuchten und regnerischen Sommer sehr hartnäckig, und die Kranken sind bei der geringsten Veranlaßung in Gefahr, in Rezidive zu fallen. In diesen Umständen hab ich den täglichen Gebrauch der Fleischbrühe und das öftere kalte Baden zur Verhütung derselben sehr nützlich gefunden. — Es hat mich nie gereut, (sagt er an einem andern Orte) die kalten Bäder anzurathen, besonders denjenigen, die von einem hartnäckigen kalten Fieber genesen, um nämlich den Fibern ihren Tonus wieder zu geben, und die zähen Säfte zu zerschneiden. — Hieraus lernte ich endlich (fährt er fort) wie viel so ein Mittel zu vermögen im Stande ist, wo kaum je eine andere Heilmethode nützet, und dieß zwar nicht selten in hartnäckigen viertä-

a) Floyer l. c.

b) Huxham. Opera phyf. med. T. 2. pag. 34.

gigen Fiebern. Neu mag freilich dieß und unerhört seyn; aber ich habe ganz gute Proben davon. a)

Kolik.

In den Anhäufungen des Geblüts in den Baucheingeweiden, besonders wenn sie mit örtlichen Krämpfen verbunden sind, ist der äußerliche Gebrauch des kalten Waßers oft das einzige Rettungsmittel. In der Cardialgie, dem Magenkrampf und stätem Erbrechen, in der Windkolik, dem Ileum, ja selbst in der Entzündung des Magens und der Gedärme hat man den äußerlichen Gebrauch des kalten Waßers mit vielem Nutzen gebraucht. Es muß aber immer in diesen Krankheiten Rüchsicht auf die übrigen Zufälle genommen werden, wenn man nicht mit so einem Mittel unersetzlichen Schaden machen will. Hahn b) berichtet von einem seiner Freunde, daß er, seitdem er sich täglich die Brust und den Magen fleißig mit kaltem Waßer wäscht, nicht mehr der Cardialgie unterworfen ist, die zuvor seine gewöhnliche Krankheit war. Er führt noch andere Personen an, die dem nämlichen Uibel unterworfen waren, und auf diese Art davon befreiet worden sind.

Auch

a) L. c.

b) Tom. I. pag. 53.

„Auch ist es nicht lang, (fährt er fort) da eine vernünftige, aber von Natur schwächliche Frau bei täglich sich anmeldendem Fieber einen heftigen Brustschmerz mit fast unerträglicher Cardialgie und viel Erbrechen erdulden mußte: statt der gewärmten Schwanenfelle legte ich ihr einen Eisschollen über die Brust und Magen, und ließ ihn darauf mit vieler Erleichterung, welche andere Mittel nicht hatten zuwegebringen können, zerschmelzen; auch gieng sie nachher oft in ein temperirtes Bad von gemeinem Waßer, und ich kann mich kaum erinnern, sie jemals munterer, als nach dieser Kur gesehen zu haben; da sie doch in ihrer Krankheit ein mehr als hippokratisches Gesicht und abgezehrte Hände vorzeigte.„ a) Ich habe selbst ein Paar solcher Fälle angemerkt, wo man mitten in der Kolik ins kalte Bad gegangen ist, und die beßte Linderung darauf empfunden hat. Ich wollte es aber doch niemanden so schlechtweg anrathen, ohne zuvor gewiß zu seyn, daß alle Schärfe und Unreinigkeit aus dem Magen und den Gedärmen geschafft sey; es sey dann, daß durch den Reitz die Theile konvulsivisch zusammengezogen, denselben den Ausgang verschlößen, wie dieses sehr oft zu geschehen pflegt. Brotte giebt uns ein ähnliches

Bei=

a) L. c. pag. 114.

Beispiel, das ich, wegen den vielen Zufällen, die hieher paßen, umständlich anführen will: Eine Frau hatte seit vier Monaten konvulsivische Bewegungen in der linken Weiche, die man für Bewegungen eines monatlichen Kindes hätte halten können; sie hatte dabei Schmerzen in den Lenden und hysterische Erstickungen, das sich alles mit einem zwei — drei Stunden anhaltendem Schweiße endigte. Mutterkrampfmittel, womit man die verlorne Reinigung wieder herstellen wollte, vermehrten dieß Uibel, und itzt blieb auch Urin und Stuhl aus, die, ohngeachtet der Klistiere, der Purgiermittel und allen andern angewandten Mitteln, verstopft blieben; dieß währte vier Monate lang. Brotte wird bei diesen Umständen gerufen. Er fand den Puls schwach und selten; den Muttermund hart wie ein Stück Holz, und den Bauch wie eine Trommel gespannt. Mit dem Catheter, den er applizirte, in der Hoffnung, den Urin herauszulaßen, bekam er keinen Tropfen heraus. Er schloß aus allem, daß konvulsivische Krämpfungen den ganzen Haufen dieser Uibeln verursachten, uud ließ sie daher in ein lauwarmes Bad setzen; man mußte sie aber bald wieder herausnehmen wegen einer überkommenden Ohnmacht. Des Abends wiederholte man das Bad; sie bekam starkes Bauchgrimmen. Des Tages darauf blieb sie länger im Bade, und im Bette legte man ihr lau-

lichte

lichte Umschläge um den Bauch; aber die Konvulsionen blieben eben so stark, wie vorhin. Des dritten Tages kam sie wieder ins Bad, und blieb drey Stunden darin mit den heftigsten Schmerzen. Den vierten Tag ließ er sie in ein ganz kaltes Bad setzen: plötzlich giengen starke Winde mit dem heftigsten Gestank von ihr weg; er ließ ihr nachher ein Klistier mit kaltem Waßer geben, und kalte Umschläge auf den Bauch legen. Auf dieses ward der Bauch weich, die Konvulsionen kamen später, und hielten weniger an; der Schlaf wurde ruhiger und anhaltender. Den fünften Tag fuhr man mit den nämlichen Mitteln fort; die Kranke fieng an, Urin zu laßen und Stuhl zu bekommen, und die Konvulsionen verloren sich. Einen Monat lang fuhr man noch mit diesen Mitteln fort, gab ihr zugleich kühlende Getränke und leichte Nahrung, und so wurde sie vollkommen hergestellt. a) So rathen auch Celsus und Cälius Aurelianus den äußerlichen Gebrauch des kalten Waßers in der Windkolik an. Friedrich Hofmann empfiehlt ebenfalls dieses Mittel selbst in der Kolik, die von hitzigen Ursachen entstanden b), so wie er es auch im Miserere selbst anräth.

Wind-

a) Seite 540.

b) Tom. 4. pag. 2. Sect. 2. Cap. 5.

Windkolik, Verstopfung.

In stäten und hartnäckigen Erbrechen hat Chavasse das Auflegen eiskalter Tücher, die immer in kaltes Waßer getaucht werden mußten, auf den Magen und Unterleib einzig und geschwind helfen gesehen. a) So hat auch Leuthner mit Umschlägen aus kaltem Waßer und Eßig (letzteren versichert er, nur der Umstehenden wegen genommen zu haben) die heftigste Windkolik vertrieben, nachdem er vorher den Leib gereiniget hatte. b) Hysterische Windkoliken, die oft mit den fürchterlichsten Symptomen vergesellschaftet sind, heilt Rochard allzeit sehr geschwind und glücklich mit Eis und kaltem Waßer, das er sowohl innerlich eingiebt, als äußerlich auf den Unterleib legen läßt. c) Berger hat das Aufblähen des Magens mit naßkalten Umschlägen geheilt. d) So hat auch Hermann die kalten Umschläge im Magenkrampf ungemein nützlich befunden. e) Bouillet erzählt, daß ein mit der Windsucht behafteter Mann durch aufgelegtes Eis und Schnee geheilt worden sey: eine große Menge Winde gieng darauf oben und unten weg mit

augen-

---

a) Lond. medic. Journal. Vol. 7. p. 2.

b) Journal de med. de Paris. T. 36. p. 42.

c) Acta Soc. Havn. Vol. 1. p. 61.

d) Schmuckers vermischte chirurg. Schriften. 2ter B.

e) Elemens de medecine practiq.

augenblicklicher Erleichterung. a) So vertrieb Marteau mit kalten Umschlägen ein Aufschwellen des Bauchs, das von Winden entstanden war. b) Auch brauchte Septalius in der Windkolik kein anderes Mittel, als dieses. Eben diese stärkende Kraft des kalten Waßers bringt bei denjenigen meistens den Stuhl hervor, die an Verstopfungen leiden; ja ein bloßes Fußbad in kaltem Waßer pflegt diese Wirkung zu erregen. "Ich hab es nicht nur für mich selbst erfahren (sagt Hahn) c), sondern auch noch von andern angemerkt, daß diejenigen, welche die Füße täglich in kaltes Waßer setzen, keiner Verstopfung des Leibes unterworfen sind, sondern den Leib ganz ordentlich offen erhalten, welches sich alle diejenigen wohl merken mögen, die mit Verstopfungen öfters geplagt sind, und den Leib selbst zu keiner Ordnung bringen können." Selbst die heftigsten Verstopfungen sind auf diese Art geheilt worden. Stevenson d) kurirte auf diese Art einen 77jahrigen Mann, der sieben Tage lang ohne Oeffnung war, die entsetzlichsten Bauchschmerzen hatte, und alles ausbrach. Manna, Mittelsalze, Kraus-

---

a) Animadverf. L. 7. p. 248.

b) L. c.

c) Theoretische und praktische Abh. über die Bäder.

d) Medic. Essays and Observat. V. 5. Act. 77.

Krausemünze, Seife mit Aloe, Umschläge, Klistiere mit Oel, versüßtes Queckſilber — nichts half, alles brach er weg mit unſäglichen Schmerzen. Der Puls ſank, und der Mann näherte ſich ſeinem Ende. Stevenſon ſchlug das kalte Bad vor; er ließ ihn barfuß in ein kaltes Zimmer gehen; alle zwei Minuten goß man eine Schüßel kaltes Waßer auf ihn, womit man bei den Füßen anfieng, und immer höher bis an den Bauch ſtieg; man führte ihn auf dem naßen Boden herum, und ließ ihn einen Fuß nach dem andern in ein Faß mit kaltem Waßer ſetzen. Nach 35 Stunden kam Stuhl; nach einigen Stunden bekam er ein Klistier, das viele harte Exkremente mit Erleichterung wegführte. Gegen Mitternacht purgierte er ſehr ſtark, und es giengen großentheils harte Stücke fort. Viermal purgierte er; man gab ihm noch die Seifenpillen mit Aloe fort, die ihm noch etliche Stühle machten, und er genas nach drei Tagen. Durch ein Ungefähr, ſchreibt er, ſey er auf dieſe Kurart verfallen: Jemand, der kein Arzt war, hatte ſeinen Freund mit kaltem Waßer von einer Verſtopfung kurirt, an der ſelbſt Boerhave einige Tage vergeblich kurirt hatte. Dieſe Kurart hatte er in einem ausgerißenen Blatte aus einem alten Buche geleſen. Stevenſon ſchlug vergebens dieſe Stelle nach; doch fand er im Braßavolus, daß Savanarola auf eben dieſe Art den Herzog von Ferrara von einer dreitägigen Verſtopfung

befreit

befreit hatte, indem er ihn barfuß auf einem kalten und naßen marmornen Boden hatte herumgehen laßen. Dieß machte ihn kühn, auch hier den Versuch zu machen, der dann so glücklich diesen Mann vom Tode rettete, woran schon Clerk und Young verzweifelten. Kite erzählt einen Fall, wo eine heftige und lang anhaltende Leibesverstopfung, die allen andern Mitteln hartnäckig widerstand, durch das Aufgießen des kalten Waßers auf die Schenkel und den Bauch, durch kalte Halbbäder und Klistiere von kaltem Waßer gehoben worden. a) Spence b) führt zwei ähnliche Fälle an: in dem ersten dauerte die Verstopfung, deren Ursache man nicht entdecken konnte, schon vier Wochen; Queckfilber, Ricinusöl, warme Bäder, Tobaksklistiere u. s. w. waren schon ohne Nutzen versucht worden; der Leib war außerordentlich geschwollen und hart; der Kranke hatte ein beinahe beständig anhaltendes Schluckſen, brach Koth aus von unleidlichem Gestank, und war in den Zwischenzeiten schlafsüchtig. In diesen verzweiflungsvollen Umständen versuchte man das kalte Waßer. Man goß ihm erst daßelbe an die Füße und Schenkel, und da ihm

a) Lond. med. Journal, V. 7. p. 167.

b) Medical Transactions published by the College of Physicians in London. Vol. 3. Lond. 1785.

ihm dieß wohl zu bekommen schien, goß man es ihm auch auf den Bauch und Rücken in großer Menge und mit einiger Gewalt. Einige Stunden darauf bekam der Kranke Stuhlgang. Fünf Tage dauerten nun die Ausleerungen fort, während welcher Zeit alle Beschwerden nachließen. Bei einem andern Kranken waren die Zufälle ebenfalls aufs äußerste gekommen, und alle andere Mittel fruchtlos angewendet worden, als das kalte Waßer, auf eben die Art, wie vorhin, gebraucht, und zugleich von dem Kranken getrunken, die schleunigste Hülfe verschaffte. Lieutaud a), Whitt b) und viele andere haben das Nämliche angemerkt.

Durchfall.

So wie der äußerliche Gebrauch des kalten Waßers in der Verstopfung den Stuhlgang befördert und bewirkt, so stillt er ihn auch bei zu starkem Durchfall. Es scheint dieß wunderbar zu seyn; wenn man aber bedenkt, daß beide Krankheiten oft von der nämlichen Ursache herrühren, so wird man leicht einsehen, daß das nämliche Mittel für beide seyn kann. Krämpfe und Blutkongestionen erregen oft diese beide entgegengesetzte Krankheiten, und in

bei-

---

a) L. c.

b) Whitt Treat. on the menagement of pregnant or Liing in women. Lond. 1733.

beiden ist das kalte Waßer das beßte Heilmittel. Man muß sich aber sehr hüten, das kalte Waßer bei demjenigen Abweichen zu geben, wo Unreinigkeiten, wo Schärfe in den ersten Wegen zugegen sind: weil sodann die gefährlichsten Folgen daraus entstehen können. Wenn aber diese durch gehörige abführende Mittel weggeschafft worden sind, und man davon durch den eine Zeitlang fortgesetzten Gebrauch derselben gewiß ist, dann kann man kühn dieses Mittel brauchen, und den beßten Nutzen davon erwarten. Ich habe oft Leuten, die mit dem Abweichen behaftet, und bei denen die ersten Wege, wie ich sicher seyn konnte, rein waren, das kalte Bad angerathen, und gleich nach dem Bade hörte das Abweichen auf. Zuweilen ist das Abweichen ganz ohne Schärfe: alsdann ist bloß Schlappheit der Gedärme Schuld daran. Dieß Abweichen dauert oft Jahrlang, und nichts ist so heilsam dagegen, wie das kalte Baden. Ich habe es bei Menschen von allen Altern angewendet, meist aber bei sehr empfindlichen Personen, die dem Rheumatismus unterworfen waren. Weil sie bei der geringsten Erkältung das Abweichen stärker bekamen, so entschloßen sie sich schwer, ins Bad zu gehen, aus Furcht, das Abweichen stärker zu erhalten. Der Erfolg aber überraschte sie sehr angenehm: die Stühle wurden seltener und fester, und das Abweichen hörte mit den Rheu-

matismen zugleich auf. So führt auch Hahn aus dem Vergnügen zu Spaa einen Fall an, wo ein Engländer sechs Monate lang an einem heftigen Durchfalle litte, der sich auf keine Weise wollte stillen laßen. Da man ihn aber in ein eiskaltes Bad tauchte, hörte der Durchfall schon den andern Tag auf, und der Kranke wurde vollkommen gesund.

Ruhr.

Oft sind auch Kongestionen des Blutes ohne Schärfe die Ursache des Abweichens, besonders wenn Schlappheit der Gedärme zugleich zugegen ist; oft ist das Geblüt dabei aufgelöst, das dann mit dem Stuhle zugleich weggeht. Wenn man zuvor ein kühlendes Purgiermittel genommen hat, kann man hier sicher kalte Umschläge gebrauchen. Nach allen warmen Mitteln verschlimmert sich die Krankheit; bloße Umschläge aber von kaltem Waßer helfen auf der Stelle. Todar hat uns viele Krankengeschichten hinterlaßen, wo Ruhren dieser Art bloß durchs Waschen mit kaltem Waßer glücklich geheilt worden sind. a) Auch Hahn liefert uns hierüber eine schöne Beobachtung. b) Helbigius meldet von den Indianern, daß sie sich des Waschens mit kaltem Waßer in der Ruhr

mit

a) Aquae frig. Vindic. &c. Panormi 1722.
b) Am ang. Orte, Seite 130.

mit Nutzen bedienen; ja er bezeugt von sich selbst, daß er, schon mit dem Tode ringend, bloß durch dieses Mittel von der Ruhr befreiet worden sey. a) Bei dieser Kur, besonders der rheumatischen Durchfälle, muß man nach dem Bade sich gleich zu Bette legen, und etwas Warmes zu sich nehmen, wo man alsdann stark schwitzen wird, welches zu besserem Anhalten des Stuhls ungemein viel beiträgt. Im Abweichen von empfindlichen und geschwächten Gedärmen hat man dieses nicht nöthig zu beobachten. In der Ruhr von einer Auflösung des Geblüts und von gelähmten Gedärmen kann man auch innerlich eiskaltes Waßer und selbst Eis nehmen; jedoch muß man hier sich nach dem Bade im Beite warm zudecken, um den Schweiß, der sich gerne einzufinden pflegt, zu unterhalten.

Brüche.

In eingeschloßenen Brüchen, wo alle Zufälle der höchsten Entzündung und des kalten Brandes so geschwind hintereinander folgen, hat Schmucker mit dem glücklichsten Erfolge kaltes Waßer äußerlich aufgelegt. b) Theden hat ebenfalls den Nutzen deßelben in dieser Krankheit erfahren. Auch

a) Ephemerid. N. C. Dec. I. an. 9 & 10. p. 460.

b) Vermischte chirurg. Schriften. 2ter B. S. 123.

Richter empfiehlt es a); doch giebt er vorsichtig den Rath, daß man mit diesem Mittel, welches durch seine Zusammenziehung die meiste Hülfe in dieser Krankheit giebt, behutsam umgehen solle, sobald bei dem heftigsten Grade der Entzündung eine starke Zusammenziehung der Gefäße schon vorhanden ist: da alsdann dadurch die Spannung vermehrt, das Geblüt in die Gefäße noch mehr eingekerkert, und die Entzündung nothwendig verstärkt werden müßte.

Uiberhaupt aber ist das kalte Waßer in den Brüchen sehr dienlich, weil sich dadurch der ausgetretene Theil zusammenzieht, in den Leib zurückgeht, und der erweiterte Bauchring sich verengt, so daß nicht mehr so leicht die Theile austreten können. Selbst in den Fleischbrüchen, die zwar hieher nicht gehören, und den Geschwülsten der Hoden hat Richter von kalten Umschlägen und kaltem Baden Gebrauch gemacht; doch darf nothwendig keine starke Entzündung dieser Theile mehr zugegen seyn.

Makenzie hat gefunden, daß Kinder, die fleißig kalt gewaschen und gebadet werden, niemals Brüche bekommen, denen sonst dieselben leicht ausgesetzt sind.

---

a) Von Brüchen. 1 B. 17 Kap.

sind. a) In einem Waßerbruch ließ Schwindt den Bruch mit Eßig dämpfen, und legte dann kaltes Waßer in Umschlägen darauf: wornach der Kranke stark schwitzte, und die Geschwulst in einer Nacht vergieng. b) Wilmer versichert, daß er schon lange mit dem beßten Erfolge sich kalter Umschläge in allen Hodengeschwülsten bediene. c) Und Aitkin sagt bei der nämlichen Krankheit, daß überhaupt bei allen Entzündungen drüsigter Theile kalte Umschläge beßer als warme sind.

Steinbeschwerden.

In Steinbeschwerden hat auch das kalte Bad seinen Nutzen. Bergius führt unter andern ein hieher gehöriges Beispiel an: " Ich kenne (sagt er) hier in Stockholm eine vornehme Frau, welche vor mehr als 20 Jahren am Nierenstein krank gewesen; dieser hatte ihre Nerven so reitzbar gemacht, daß sie in einem hohen Grade milzsüchtig und schreckhaft geworden; sie mußte von einem periodischen Brechen vieles leiden; die Lenden schienen ihr beständig zu schlafen; im Rücken empfand sie ein Stechen, als ob man darin bohrte, u. s. w. Durch

a) Makenzie, Geschichte der Gesundheit. S. 166.

b) Schmuckers verm. chir. Schriften. 2 B.

c) Wilmer cases and remarks in surgery. London 1779.

ganzer sieben Jahre lang nach einander wiederholten Gebrauch des Lokabades und Waßertrinkens, auch dadurch, daß sie sich während der Badekur bisweilen die Lenden mit Schlamm bestrichen, und ihn die Nacht hindurch liegen ließ, erhielt sie den Nutzen, daß ihr seit diesen Jahren her nach und nach eine ganze Schachtel voll kleiner Steine abgiengen, wodurch sie endlich so davon befreiet worden, daß sie seitdem weder davon, noch von ihren übrigen Beschwerden etwas gefühlt hat, sondern sich noch itzt bei guter Gesundheit befindet. „ Merkurialis kurirte sich vom Nierenstein, womit er behaftet war, durch das Baden im Fluße Arnus bei Pisa. Durch eigene Erfahrung belehrt räth er allen, welche mit Steinschmerzen behaftet sind, sich im Flußwaßer zu baden, und zwar so, daß sie den Rücken gegen den Strom hinhalten sollen. Er giebt auch ferner den Rath, daß diejenigen, deren Blut erhitzt ist, denen die Nerven brennen, und die beim Waßerlaßen Beschwerde fühlen, denen die Haut trocken, oder von Schuppen, Krätzen oder sonstigen Geschwüren verstellt ist — daß diese alle in Flüßen sich öfters baden sollen, und versichert, daß sie dadurch die geschwindeste und beßte Hülfe erlangen würden.

Harnverhaltung.

Eben so hat auch Lombard in der Strangurie, welche von Schlappheit der Vorstehdrüse oder durch warme Bäder und Aderlaßen entstanden ist, die

kalten

kalten Umschläge sehr heilsam gefunden. a) Kaltes Waßer, sagt Chavasse, ist oft beßer, als der Catheter, wenn es in der Urinverstopfung auf die Schaamgegend gegoßen wird. Einer Person, die 35 Stunden lang den Urin nicht laßen konnte, und wo alles, Aderläße, Klistiere, warme Umschläge und Bäder, kühlende Mittel, Mohnsaft und noch andere mehr umsonst angewendet worden war, ließ er endlich kalte Umschläge um den Unterleib legen, und begoß sie mit kaltem Waßer: die Haut zog sich von der Kälte zusammen; der Urin gieng erst tropfenweis, und da sich die zusammenziehende Kraft immer vermehrte, gieng er endlich stromweise ab. b)

Goldene Ader.

Die goldene Ader gehört immer zu den Krankheiten der Schwäche und der Kongestion. Was auch sonst ihre entlegene Ursachen für Namen haben mögen, so ist es doch sicher, daß ohne örtliche Schwäche und Anhäufung des Geblüts der Gefäßadern und überhaupt des ganzen System der Pfordadern diese Krankheit nie entstehen wird. Wie vieles aber sowohl bei dem schmerzlichen Anschwellen der goldenen Ader, als bei dem zu starken Blutfluß derselben der äußerliche Gebrauch des kalten Waßers

a) Lombard sur les proprietés de l'eau froide.
b) Lond. med. Journal. Vol. 7.

nütze, ist itzt unter den Aerzten allgemein bekannt. Kalte Klistiere, das Auflegen kalter Umschläge, und zur Verhütung der Rezidive, kaltes Baden, dieß sind itzt die beßten und allgemein angenommenen Mittel. Pomme führt davon ein merkwürdiges Beispiel an: Ein Mann bekam die fließenden Hämorrhoiden; man behandelte ihn nach der Kunst, und er wurde hergestellt. Einige Zeit hernach bekam er sie nach einem heftigen Zorn so stark wieder, daß er jeden Tag über ein Pfund Blut dadurch verlor; neun ganzer Monat lang blieb so der Blutverlust. Pomme ließ ihn in ein kaltes Halbbad setzen, und gab ihm kühlende Sachen und Klistiere aus kaltem Waßer; dieß stillte völlig das Bluten, und er wurde ganz gesund. a) Da die Zufälle der goldenen Ader in Wien sehr häufig sind, so hat man da ofte Gelegenheit, die Zufälle derselben in all ihren Gestalten zu sehen. Es giebt beinahe keine Krankheit, unter der sie sich nicht zuweilen verlarvt: verstopfter Leib, ein oft unmerkliches Spannen im Rücken, das sich zuweilen hinauf bis zum Kopf zieht, und ein veränderlicher Urin, der oft ohne merkliche Ursache blaß ist, sind die gemeinsten Zufälle und Zeichen derselben. Ich habe in keiner Krankheit so sichere und geschwinde Hülfe von den

kalten

a) Am ang. Orte, Seite 251.

kalten Bädern gesehen, als in dieser; aber auch bei keiner muß nachher daßelbe so lange fortgesetzt werden. Es scheint, die Ursache liege darin, weil zwei Krankheiten zu heben sind: erstens die Kongestionen und Stockung des Geblüts in dem Unterleibe; und zweitens die Schwäche der Adern.

In allen den Krankheiten endlich, wo wallende Hitze oder zu große Wärme in einem Theile oder im ganzen Körper vorhanden, besonders wenn Schwäche der festen Theile zugleich mit dabei verknüpft ist, ist diese Kurmethode die sicherste und beßte. So hat man im Sausen der Ohren, in der Hitze der Augen, im beständigen Triefen und in der Röthe derselben noch immer die geschwindeste Hülfe vom frischen Waßer gehabt, wenn man diese Theile fleißig damit gewaschen hat. a) Ich selbst habe schon einige Beispiele des Nutzens des kalten Bades in diesen Krankheiten gesehen.

Bluthusten, Blutflüße.

Ich komme nun zu den Blutflüßen. Hier ist das kalte Waßer oft das beßte Mittel, wo nämlich Schwäche der festen, oder Wallungen und Dünnheit der flüßigen Theile, oder endlich wo Krämpfe die Ursache derselben sind. Renard führt einige Beispiele

---

a) Celsus, Cälius Aurelianus, Bergius, u. a. m.

spiele an, wo man durch Auflegung des kalten Waßers, ja selbst des Eises die fürchterlichsten Blutstürzungen der Lunge geheilt hat. a) Es ist was allgemein Bekanntes, kaltes Waßer und Eis in dieser Krankheit zu geben, ob es gleich im Anfalle selbst, durch das zu plötzliche Stillen des Blutsturzes bei fortdaurendem Zufluße des wallenden Blutes zu der Lunge, nicht ohne Gefahr gegeben werden kann; aber außer dem Anfalle, um die festen Theile zu stärken, und das Blut dicker und kompakter zu machen, kann das kalte Bad gewiß nicht ohne den beßten Nutzen zur Verhütung des Rückfalls gebraucht werden. Ein junger, blonder Mensch, mit blaßem Angesichte, hatte schon lange ein trocknes Hüsteln, das er aber nicht achtete: nach einer etwas starken Bewegung hustete er Blut aus. Voll Schrecken lief er zu mir, und mit thränenden Augen wies er mir sein blutiges Schnupftuch; er sahe voller Angst, den Tod seines Vaters auch seiner warten, der an der Abzehrung gestorben war. Nach genauer Untersuchuung und reifer Uiberlegung fand ich, daß die festen Theile seines Körpers schwach und reitzbar wären; sein Puls zeigte keine Vollblütigkeit an. Ich rieth ihm deshalb, bloß eis-

a) Journal de medecine, Chirurg. & Pharm. par Mr. Roux. Juin 1771.

eiskaltes Waßer zu trinken, und sich täglich kalt zu waschen. Er drang sehr oft in mich, ihm zur Ader zu laßen: weil er wußte, daß sich sein Vater in einem Jahre über zehnmal hatte zur Ader laßen müßen. Er war aber doch willig, meinem Rathe zu folgen, und sich nicht zur Ader zu laßen. Er badete sich oft im Fluße, wusch sich täglich kalt, und da er vorher nie Wein getrunken hatte, so rieth ich ihm zum mäßigen Genuße deßelben. Da er die gewöhnliche Behandlungsroutine des Blutspeiens ziemlich inne hatte, so verwunderte er sich über meinen neuen Rath; doch folgte er ihm genau, und itzt ist er dick und stark, hat seit der Zeit weder Blutauswurf, noch Husten mehr gehabt, und ist ganz gesund. So erwähnt auch Leuthner eines Frauenzimmers, welches mit dem Bluthusten und vollkommenen abzehrenden Fieber behaftet war. Er erkannte sie für hysterisch. und heilte sie mit kalten Bädern. a) Chausier erzählt zwei Fälle, wo er beim Bluthusten die Bauchpulsader stark schlagen fühlte, und schloß daraus auf Krämpfe, ließ fleißig Umschläge in kaltem Waßer getaucht auf die Brust legen, und die Kranke genas. b) Kömmt aber der Blutauswurf von zu rigiden Fibern her, wie es oft geschieht, oder ist ein

Ge-

---

a) Leuthner l. c.

b) Lombard sur les proprietés de l'au frolde.

Geschwür in der Lunge, wodurch der Blutfluß verursacht wird, dann nützt das kalte Bad nichts; schadet im Gegentheil, indem es die Steifigkeit vermehrt, und das Geschwür reißt und ärger macht.

Blutfluß der Mutter.

Im Blutflusse der Mutter und in zu starker Reinigung hat man schon lange das kalte Waßer mit Nutzen gebraucht. " Es ist eine mehrmal wiederholte Erfahrung der Weiber (sagt Floyer) a), daß sie bei Blutsturzen der Gebärmutter ihre Füße ins kalte Waßer setzen.„ "Das kalte Baden (sagt Hahn) thut auch in allerlei Blutstürzungen gute Dienste, besonders beim andern Geschlecht, wenn es mit heftigen Blutflüßen befallen wird. Ein Frauenzimmer, welches mich sehr nahe angeht, bekam einen solchen Zufall, und weil er innerlichen Mitteln nicht nachgeben wollte, so rieth ich ihr zum kalten Bade. Die Liebe zum Leben überwog die Ungemächlichkeit, so mit der Kur verknüpft ist. Sie blieb eine Stunde im frischen Bade, und wurde bald ihres Zufalls und ihrer Furcht los.„ Er gedenket noch einiger andern, die mit eben so gutem Erfolge das kalte Bad wider den Blutfluß gebraucht haben. Pomme b) giebt uns hierin eine ähnliche Geschichte:

" Ein

---

a) Seite 140.

b) Traité des affect. vaporeuses des deux sexes. pag. 426.

„Ein Müllersweib, (sagt er) die vor 45 Tagen in die Wochen gekommen, konnte sich wegen dem noch immer fortdauernden Blutflusse nicht erholen; zuletzt kamen Zuckungen und Ohnmachten, und nun wurde ich gerufen. Im Nachforschen der entferntern Ursachen dieses Blutflußes vernahm ich, daß man die Kranke in ihren Wehen mit Cardialmittel angestopft hatte, und daß man ihr noch immer nahrhafte Brühen gebe. Dieß hatte dann (fährt er fort) das Geblüt mit einer großen Menge schweflichter und alkalischer Theile überladen, wodurch es über die Maßen rarefizirt worden war, und also diesen Blutfluß verursachte. Ich veränderte das Verfahren: ließ ihr Klistiere von kaltem Waßer und eine Ptisane aus leichter Hühnerbrühe geben; dieß stellte die Kranke völlig wieder her.„

Das Nämliche ist auch von der zu starken Reinigung zu verstehen. Wenn dieser Blutfluß (sagt Cullen) a) von der Schlappheit der Gefäße entsteht, die um die Gebärmutter sind, so ist es sehr gut, in der Zwischenzeit der Reinigung stärkende Mittel zu gebrauchen, wie kaltes Baden und Stahlmittel. Doch gilt hier dieselbe Anmerkung, die ich oben

a) Will. Cullen first Lines of practice in Physik. Lond. 1779. T. 2. p. 3.

oben gegeben habe, daß man sich nämlich im Anfange selbst mit dem äußerlichen Gebrauche des kalten Waßers sehr in Acht nehmen, und lieber innerlich den Antrieb des Blutes allein zu dämpfen suchen solle. Aber desto kräftiger und sicherer hemmt dieses Mittel die Rückkunft des Blutflußes, wenn man es in der Zwischenzeit gebraucht. Ist aber der Blutfluß zu anhaltend, giebt er sich nicht auf die gegebene Mittel, und ist man itzt außer Furcht, Entzündungen durch das zu geschwinde Stillen zu erregen, dann kann man ganz sicher zum kalten Waßer, ja selbst zum Eis schreiten. Die größten Geburtshelfer rathen dieses an. a) Leake nahm ein Stück Eis, und hielt es in die Mutter hinein, womit er die heftigsten Blutstürzungen hemmte. b) So lobt er auch verschiedentliche kalte Umschläge, kalte Einspritzungen und kalte Fußbäder in dieser Krankheit. c) Dieses ist auch das beßte Mittel, die frühen Geburten und das geschwinde Weggehen der Frucht zu verhüten, welches eines der größten Uibel des Stadtlebens

---

a) La Motte Traité des accouchemens obs. 397, & 398. Levret suites des obs. 276.

b) Leake, Pract. Obfervat. on the childbedfever 374.

c) L. c.

lebens ist. Wie viele seufzen nicht über dieses Unglück, und wie viel leidet nicht hiedurch der Staat an der Bevölkerung! Die Geschichte des Grafen Abensberg, der, als Kaiser Heinrich der Zweite Deutschland durchreiste, ihm seine 32 Söhne, als das Kostbarste, was er dem Monarchen und dem Staate schenken könne, anbot, wird itzt unter die Romane gezählt, und man dünkt sich gewiß, Wunder gethan zu haben, wenn man mit vieler Mühe (oft nicht ohne Todesgefahr der Mutter) ein Paar elende Kinder auf die Welt gebracht hat; die aber dennoch, damit sie, wie billig, von den Bauern unterschieden seyn, doppelte Glieder und Auswüchse bekommen. Ich habe es zuvor schon angemerkt, daß die ägyptischen Weiber meistens um die Zeit schwanger werden, wenn der Nilfluß das Land überschwemmet, und sie in selbem sich baden müßen. Moses wußte dieß sehr gut, deswegen drang er auch so sehr auf das Eintauchen der Weiber ins fliessende Waßer. Eben dieses Eintauchen ist gewiß eine der größten Ursachen, warum noch heutiges Tages die Ehen der Juden so fruchtbar sind, und es so wenig Uibelgewachsene unter ihnen giebt.

Hahn führt eine vornehme Frau an, die einige Jahre hinter einander beinahe alle drei Monate einen Abortum hatte; " nach vielem kalten Waschen (sagt er) verlor sich diese böse Gewohnheit,

und sie kam nachmals wieder zur ordentlichen Zeit glücklich in die Wochen. „ a)

Eben so hat auch le Roux in Blutflüßen der Gebärmutter, welche von einer Atonie herrühren, durch Umschläge mit kaltem Waßer die schleunigste Hülfe bewirken sehen. Selbst sein bewährtes Mittel, das er in allen Arten der Mutterblutstürzungen anpries, scheint von der Kälte seine meiste Kraft zu haben. Es ist Leinwand in Eßig getaucht und in die Mutterscheide gesteckt. b) La Motte führt die Geschichten von zwei kürzlich entbundenen Frauen an, welche so hrftige Blutstürzungen bekamen, daß ihr Leben in Gefahr war. Er legte Umschläge mit kaltem Waßer auf den Unterleib und die Lenden, und ließ sie erneuern, sobald sie warm wurden; so stillte sich sehr bald das Blut. Chapman versichert, daß er hiedurch das Leben vieler Kindbetterinnen erhalten habe. Leake empfiehlt kalte Fußbäder bei heftigen Blutstürzungen der Mutter, und führt dafür

viele

---

a) Seite 135.

b) Le Roux observ. sur les pertes des sang des femmes en couches. 1776.

viele Gründe und Erfahrungen an. a) Chauſier hat das Nämliche beobachtet.

Uiberhaupt iſt in jedem Blutfluße das kalte Waßer, vorſichtig gebraucht, das beßte, obwohl das einfachſte Mittel. Renard erzählt eine fürchterliche Geſchichte von einem Mädchen, das nach einem Falle, unter beſtändigen Konvulſionen und augenblicklicher Furcht des Erſtickens, Blut ausbrach; ihr Hals war dabei ſo verengt, daß ſie nichts hinunterſchlucken konnte. Man hatte alles verſucht, was immer die Kunſt vermochte; aber nichts half. Endlich ſetzte man ſie in ein kaltes Bad, worin man ſie fünf Viertelſtunden ließ, und gab ihr ein Stück Eis in den Muud; auf einmal rief ſie aus: "Ich bin gerettet; das Eis iſt hinuntergegangen: itzt kann ich ſchlucken!„ Sie wurde völlig geſund; fiel wieder, und bekam die vorige Krankheit: kalte Bäder und Eis retteten ſie wieder, und ſtellten ſie, nach langem angehaltenem Gebrauch derſelben, vollkommen wieder her.

a) Praktiſche Bemerkungen über verſchiedene Krankheiten der Kindbetterinnen und Schwangeren. Aus dem Engliſchen. 1775.

Beim Nasenbluten hat schon Rhazes das kalte Waßer angerathen. Auch Bloch hat mit Eis und Schneeballen, äußerlich auf die Stirne und Nase gelegt, das stärkste Nasenbluten gestillt. a) Selbst in Verwundungen hat man damit die schönsten Kuren gemacht. Chirac kurirte mit bloßem Eintauchen ins kalte Waßer den Herzog von Orleans, welcher an der Handwurzel eine gefährliche Wunde bekommen hatte, und wo schon das Abnehmen des Armes beschloßen war. b) Horn führt zwei Personen an, die er auf eben diese Art bloß mit kaltem Waßer von Gelenkswunden geheilt hat. c)

Drit-

---

a) Bloch, medizinische Bemerkungen.

b) Hist. de l'Acad. des Sciences. 1732.

c) Schmucker, am ang. Orte. 1ter B. 229 S.

Dritter Abschnitt.

Das kalte Baden stärkt und kondensirt alle festen und flüßigen Theile.

Allgemeine Schwäche.

Nun komme ich zu den eigentlichen Krankheiten der Schwäche. Ich verstehe unter diesem Namen nicht die allgemein gewordene Schwächlichkeit des Körpers, die immer mit einer kränklichen Reitzbarkeit der Nerven vergesellschaftet ist — diese habe ich schon im vorhergehenden Abschnitte abgehandelt; sondern ich suche in diesem Abschnitte alle diejenige einzelne Krankheiten durchzugehen, welche ohne Rücksicht auf die Reitzbarkeit, eine Schwäche entweder des ganzen Körpers oder einzelner Theile zum Grunde haben, und in welchen das kalte Bad als ein stärkendes Mittel heilsam befunden worden ist: wo also daßelbe in diesem Betrachte näher bestimmt werden kann. Ehe ich aber weiter gehe, muß ich erst noch einen Blick auf diese Eigenschaft des kalten Bades werfen.

Die stärkende Kraft des kalten Bades kömmt von zweien Ursachen her: die erste ist die Kälte; die zweite ist die Schwere oder der Druck deßelben auf den Körper des Badenden. Alles, was unsern Körper stärken soll, muß die Theile deßelben näher an einander bringen, das ist: sie fester und kompakter machen können: ohne dieß läßt sich keine Stärkung denken. Nun ist es physisch gewiß, daß die Kälte alle Körper kompakter macht: denn, indem sie die Wärme in sich saugt, ziehen sich die Theile, entledigt von der ausdehnenden Wärme, näher an einander, schließen sich, der allgemeinen Natur der Körper zufolge, fester zusammen, und besetzen so den Raum, den die warmen Theile eingenommen hatten. Das harte Eis selbst, deßen Theile so fest und hart sind, daß man nicht denken sollte, es könnten sich dieselben durch eine innere Bewegung ausdehnen und zertrennen, dehnt sich in der Wärme aus einander, und zieht sich bei der Kälte enger zusammen, und zwar um desto fester, je kälter es wird. Um desto mehr müßen sich daher die weichen Fleischfasern unseres Körpers enger zusammenziehen, und fester werden, wenn die Kälte des Waßers die Hitze in sich saugt, welche sie ausgedehnt und eben dadurch schlapp und weich gemacht hatte. Da die nämliche Masse des Fleisches bleibt, so muß itzt die Kraft auf das Blut, welches in den Adern läuft, um desto stärker wirken, je fester die

Theile

Theile sind, und folglich je weniger sie sich ausdehnen laßen. Es müßen daher alle diejenige Wirkungen erfolgen, welche wir von den stärkenden Mitteln erwarten: Festigkeit, Härte, Zusammenziehung der festen Theile überhaupt, dichteres Geblüt, gleicher, kräftigerer Umlauf deßelben, woraus dann alle die übrigen Wirkungen im Körper entstehen, welche die Gesundheit begleiten.

Zu diesen Ursachen von Stärkung kömmt aber beim kalten Bade noch eine andere hinzu, die sehr wichtig ist, und diese Eigenschaft um ein merkliches höher stimmt. Dieses ist: die Schwere, der Druck des Waßers auf den Körper des Badenden. Es ist gewiß, daß der Körper, sobald er sich in das Waßer begiebt, in ein Element kömmt, das 800mal schwerer als die Luft ist. Der Körper muß daher einen viel stärkern Druck im Waßer leiden, als in der Luft. Dieser Druck steht aber in einem genauen Verhältniß mit der Höhe der Waßersäule, die auf dem Körper ruht, so daß der Druck desto stärker seyn muß, je tiefer der Körper ins Waßer geht. Short, der die meiste Wirkung des kalten Bades von dieser Schwere herleitet, setzt die ganze Oberfläche unseres Körpers auf 15 Schuhe, und schließt daraus, daß, wenn wir zwei Schuhe tief im Waßer stünden, wir alsdann den Druck eines Gewichtes von

2280 Pfund auszustehen hätten. a) Kömmt nun der Strom des Waßers dazu, dann muß nothwendig dieses Gewicht wachsen, doppelt, ja sogar dreifach sich vermehren. Die Adern der Oberfläche des Körpers müßen nothwendig durch diesen Druck sich enger zusammenziehen, und das Blut mit stärkerer Kraft in die größern Gefäße hineinpreßen; aber in demselben Verhältniß, wie das Herz eine größere Menge des Geblüts empfängt, wird auch die Kraft deßelben durch diese Menge stärker gereißt, treibt also in eben dem Verhältniße mit doppelter Stärke das Blut wieder in die äußern Theile, und so wird der Umlauf des Blutes im Bade lebhafter, die Verstopfungen aufgelöset, und die festen Theile näher an einander gedrückt. Durch dieses löst sich die Frage auf: warum man beim Eintritte ins Bad stärker Athem holen muß? — denn daß dieses nicht bloß von der Kälte herkomme, sieht man daraus, daß das Nämliche auch beim Eintritte in warme Bäder geschieht; — auch warum man vom Anfange blaß und hernach oft ganz roth aussieht; warum endlich das Baden mitten im Strome am allerbeßten und nützlichsten sey?

Es

---

a) Short, l. c. chap. 8.

Es läßt sich aus dem Vorhergehenden von selbst schließen, daß das kalte Bad in der Müdigkeit, nach starken Arbeiten des Körpers sowohl, als der Seele zur Erholung und Ermunterung diene, und daß es in jeder Schwäche der ältesten Leute Erfrischung und Stärke gebe. Beispiele aller Art überzeugen uns davon: werden nicht die Fischer, und die, so oft im Waßer sind, die ältesten Leute? Hahn badete sich Winter und Sommer in kaltem Waßer, als er schon 80 Jahre alt war; und Helmont hielt in seinem 70sten Jahre, auch bei der härtesten Winterkälte, alle Morgen den Kopf unter die Brunnröhre, und ließ das Waßer darüber laufen. a) Fischer gedenket eines Mannes, der 105 Jahr alt geworden: dieser war lange Jehre mit rheumatischen Zufällen geplagt, und hatte umsonst die warmen Bäder lange Zeit gebraucht; er entschloß sich zuletzt, in einem Fluße zu baden: dieß verschaffte ihm die beßte Hülfe, so daß er von der Zeit ohne Rücksicht auf Veränderungen des Wetters bis in sein spätestes Alter dieses Mittel fortbrauchte; er blieb auch stark und gesund bis an sein Ende. In der Schwäche, welche nach einer überstandenen Krankheit oft noch lange Zeit zurückbleibt, oft die einzige Ursache der Rezidive ist, habe ich nichts beßer gefunden,

a) D. Joh. Bernh. Fischer, Tractatus de Senio.

dem Körper Festigkeit und Stärke und der anfangenden Gesundheit Dauer zu geben, als das Waschen des Körpers mit kaltem Waßer. Ich laße meine Rekonvalescenten in der Frühe den ganzen Körper mit Waßer waschen, das die Nacht über an einem temperirten Orte gestanden ist: sie empfinden darauf sogleich eine groβe Munterkeit und Leichtigkeit des ganzen Körpers, und wenn sie dieses einige Tage hinter einander gethan haben, so machen sie so schleunige Fortschritte in ihrer Genesung, daß sie in einer Woche viel stärker sind, als andere in einem Monate. Im Sommer laß ich sie darauf einigemal im Fluße baden, und ich habe das Vergnügen zu sehen, daß alle diese Kranke weder Rezidive bekommen, noch sonst mit Beschwerden einer üblen Verdauung behaftet werden. Eben so ist es auch ein ganz gutes Stärkungsmittel in der Schwangerschaft. Alle Frauen, die ich in ihrer Schwangerschaft kalt baden gesehen habe, sind nicht allein glücklich und ohne Beschwerden niedergekommen, sondern sie brachten auch alle sehr gesunde und starke Kinder zur Welt. Eine sehr krum gewachsene und dabei sehr schwächliche Frau, hatte schon einmal eine sehr beschwerliche Geburt gehabt, worauf sie einen Vorfall der Mutter bekam, der nur mit Mühe durch Mutterkränze zurückgehalten werden konnte. Sie wurde aufs neue schwanger. Das Zureden ihres Arztes und die Angst für die Gefahr der heranna-

henden

henden Geburt, überwand ihre Furcht fürs kalte Baden; sie badete sich einige zwanzigmal, und wusch sich auch zugleich täglich mit kaltem Waßer. Die Folge davon war, daß sich ihr Vorfall gänzlich verlor, und daß sie gegen alle Erwartung ohne alle widrige Zufälle niederkam. Auch Whitt bezeugt, daß er schon lange das kalte Bad nicht allein bei Schwangern, sondern auch bei Säugammen als ein herrliches, stärkendes Mittel habe brauchen laßen. a)

Oertliche Schwäche.

Da nun das kalte Baden in der Schwäche überhaupt nützlich und vor andern Mitteln vorzüglich ist, so leitet dieses von selbst auf die Folge, daß es auch in der Schwäche einzelner Theile dienlich seyn müße. Mit der Schwäche der Verdauungswerkzeuge will ich also den Anfang machen. Zu wie vielen Krankheiten die Schwäche des Magens und der ersten Wege den Grund lege, kann ein jeder leicht einsehen, der nur ein wenig über die thierische Haushaltung nachdenkt. Hier, wo alle Theile des Unterleibs einer dem andern zum gemeinschtlichen Endzweck in die Hand arbeiten, wo alles mitsammen verwebt ist, und in der genauesten Verbindung mit dem übrigen Körper steht, wo die Nahrung des Körpers, so zu sagen, die erste Hand der thie-

a) Whitt, l. c.

thierischen Natur empfängt. — Hier muß jede Abweichung von der natürlichen Beschaffenheit um desto gefährlicher seyn, je ausgedehnter die Folgen sind, die daraus entstehen. Die Klasse der Krankheiten des Unterleibs ist immer die stärkste unter allen übrigen, und mehrentheils entstehen sie von der Schwäche. Die Ursachen dieser Schwäche laßen sich freilich oft von der Lebensart herleiten, in wie weit nämlich der ganze Körper, oder auch diese Theile besonders geschwächt worden sind. Sie werden auch durchs sitzende Leben, Stockungen und schwachen Umlauf im Unterleibe und Kruditäten verursacht: der Magen wird durch zu vieles Eßen, oder auch halbgekaute Speisen angefüllt, verliert dadurch seine Kräfte, die Kruditäten häufen sich, wovon die Folge, wenns auch noch so gut abläuft, doch immer die Schwäche ist. Blähungen, aufgelaufener Magen und Unterleib, Aufstoßen der Winde, Drucken und schweres Athmen nach dem Eßen u. s. w. sind die ersten Gefährten dieser Schwäche: denn die Luft, so in den Speisen ist, entwickelt sich im Magen und in den Gedärmen, und wird durch die Wärme rarefizirt. Wenn nun die Häute des Magens und der Gedärme schwach sind, so dehnt sie dieselben mit leichter Mühe aus einander, da sie ihr in ihrem gesunden Zustande, vermög ihrer natürlichen Stärke, Gränzen setzen, und da entsteht dann bei diesen Kranken die gewaltige Erzeugung der Luft, welche freilich

bei

bei ſtarken Leuten in eben der Menge da iſt; hier aber bei dieſen Kranken ausgedehnter, freier und weniger eingeſchränkt iſt. Daß eben dieſe Ausdehnung wieder zur neuen Schwäche Anlaß gebe, läßt ſich von ſelbſt ſchließen.

Die Unordnungen des Stuhls, die bei dieſen Kranken ein ſehr gewöhnliches Uibel ſind, entſtehen ebenfalls aus dieſer Schwäche. Bald iſt er verſtopft, und das zwar meiſtens, weil die Gedärme nun gewohnt ſind, ſich weiter auszudehnen, und auf dieſe Art den Kruditäten ruhigen Aufenthalt zu geben, wenn ſie auch über ihre Schranken ausgedehnt ſind; bald iſt ein beſtändiges Abweichen da, wenn nämlich die kränkliche Reitzbarkeit derſelben jede Sache von ſich ſtößt, ehe die Nahrung davon genugſam eingeſaugt worden: doch kömmt dieſes meiſtens von einer unordentlichen Ausdünſtung her, wie ich ſchon vorher erinnert habe. Dieß ſind die Vorgänger der Verſtopfung der Milz, des Gekröſes und der übrigen Eingeweide, der Hämorrhoidalzuſtände, beſonders wenn zu ſtarke Reitzbarkeit der Nerven ſie begleitet. Die Wechſelfieber entſtehen ſehr oft bloß von dieſer Schwäche, und laßen ſich nicht eher vertreiben, bis dieſelbe gehoben iſt. Ich will der andern Krankheiten nicht gedenken, die vielfältig von dieſem Uibel entſtehen: Krämpfe, fliegende Hitze und die verſchiedenen wunderbaren Zufälle

des hysterischen Uibels sind oft bloß Kinder dieser Schwäche.

Daß sich alle diese Krankheiten durchs kalte Bad vertreiben laßen, ist um desto sicherer, je überzeugender es ist, daß sie alle von der Schwäche und zu starken Reißbarkeit herrühren, die aber wieder ein Kind der Schwäche ist. Celsus räth den Gebrauch des kalten Bades vorzüglich in der Schwäche des Magens. a) Auch Berger hat mit Umschlägen aus ganz kaltem Waßer, die er auf den Unterleib legen ließ, eine vollkommene Schwäche des Magens geheilt. b) Man braucht nur einigemal kalt gebadet zu haben, da man meistens darauf einen viel grössern Hnuger, als gewöhnlich, bekömmt, ohne daß man ein Drucken oder sonstige Unbequemlichkeit einer schweren Verdauung zu gewarten hat.

Es ist kein Theil des Körpers, der nicht, wenn er an Schwäche krank ist, durchs kalte Waßer gestärkt und geheilt werden könnte. Die Augen, wenn sie durch lang anhaltendes Lesen oder sonstige Arbeit, durch Feuer, Debauschen, oder auf irgend eine andere Art schwach und blöde geworden sind, wer-

---

a) Celsus, l. c.

b) Berger, in Act. Havnienf. Vol. I. p. 62.

werden durch fleißiges Waschen mit kaltem Waßer am beßten gestärkt, und die berühmten Augenwaßer nützen immer am meisten dadurch, daß sie kalt gebraucht werden.

In der Schlappheit der Schleimhaut der Nase, die oft die einzige Ursache der Schnuppen und der Katarrhen ist, findet man nichts beßers, als das Aufschnupfen des kalten Waßers in die Nase; auch ist hier das kalte Bad sehr heilsam. Ein junger Mensch hatte seit einigen Jahren beständig den Schnupfen, der besonders beim naßen und kühlen Wetter so stark war, daß seine Augen ganz roth aussahen; seine Stimme war heiser; er hatte Kopfweh und zuweilen Fieber. Mehr als ein Jahr lang hatte er Arzneien dagegen gebraucht; hütete sich vor allem, was erhitzen oder das Blut zum Kopfe treiben konnte; hatte Ader gelaßen; nahm alle Monate zum Abführen ein; hatte sich zwei Fontanellen an die Arme setzen laßen: aber alles umsonst. Endlich hatte ihn sein Arzt ins kalte Bad geschickt; ich rieth ihm, da er mir seine Krankheit erzählte, daß er, nebst dem Bade, alle Tage einigemal kaltes Waßer recht tief in die Nase hinaufschnupfen sollte, wenn auch im Anfange der Schnuppen darnach stärker werden sollte. Er hatte dieß bei fortgesetztem Baden kaum einen Monat lang ge-

than,

than, als er schon von dieser hartnäckigen und langwierigen Beschwerde befreit war, und seitdem auch geblieben ist. Er schnupft noch immer täglich frisches Waßer in die Nase hinauf, und badet sich im Sommer oft im Fluße.

Im periodischen Blutspeien bei Frauen und auch bei Männern, welche derselben nach starker Anstrengung der Brust unterworfen sind, habe ich unter allen Mitteln das kalte Waßer am beßten befunden. Auch im Halswehe aus Schwäche ist das Gurgeln mit kaltem Waßer sehr dienlich. Eben so habe ich einen hiesigen berühmten Prediger von seinem beschwerlichen und öftern Halswehe befreit, womit er nach jeder gehaltenen etwas langen Rede und zuletzt bei der geringsten Erhitzung oder Veränderung des Wetters behaftet war. Ich rieth ihm, sich täglich, auch in der Zwischenzeit des Halswehes, mit kaltem Waßer und Eßig zu gurgeln.

In der Schwäche derjenigen Glieder, die einst einen Beinbruch, oder Verrenkung, oder sonstige Gewalt gelitten haben, und itzt ihre gehörige Bewegung mit der gewöhnlichen Leichtigkeit nicht mehr verrichten können, ist das kalte Bad das beßte Stärkungsmittel. Van der Heiden sagt: "Nichts

ist

ist beßer, als kaltes Waßer in Verrenkungen und Schwäche der Gelenke. a) Hahn bekräftiget dieses mit vielen Beispielen. b)

Murray hat eine Verrenkung des Rückgrads, wo alle Versuche der Einrichtung, wegen der zu sehr ausgedehnten Bänder fruchtlos waren, durch den Gebrauch des kalten Waßers heilen gesehen. c) Und Chavasse erzählt ein schönes Beispiel vom Nutzen deßelben bei einem Beinbruche. d)

Langwierige Gonorrhäen.

Daß das kalte Bad in langwierigen Gonorrhäen, in der geschwächten Mannbarkeit, und wie sich Baynard ausdrückt: in languida penis erectione, eines der beßten Mittel sey, ist zu allgemein bekannt, um es mit vielen Datis bekräftigen zu dürfen. Baynard führt einige merkwürdige Beispiele an, wo Leute, die alle Kraft verloren hatten, durch den Gebrauch des kalten Bades völlig wieder auflebten, und ihre jugendliche Stärke wieder bekamen. e) Tissots bewährteßtes Mittel in diesem

Uibel

---

a) Schwertner l. c. pag. 120.

b) Pag. 138.

c) Act. med. sue. T. 1.

d) Lond. med. Journal. Vol. 7.

e) Im Postscr. seines Briefes an Floyer.

Uibel sind die kalten Bäder. a) In der Rückenmarkschwindsucht, die von diesem Uibel zu entstehen pflegt, sind die kalten Bäder die ersten und wirksamsten Mittel. Alle übrige reißende und nährende Mittel, sagt Selle, sind hier sehr schädlich; kühlende Sachen, innerlicher Gebrauch der Stahlwaßer und kalte Bäder, sind alles, was die Kunst hier verordnen kann. b) Das nämliche ist auch von dem weißen Fluße zu verstehen, an deßen Entstehung und hartnäckiger Fortdauer meist Schlappheit und Schwäche Ursache hat. Wenn je ein Mittel in einer Krankheit geschwinde und sichere Hülfe schafft, so sind es gewiß die kalten Bäder in dieser Krankheit. Freilich aber erfordert diese Krankheit immer einen Arzt, der sich nach den Umständen und nach der Modifikazion der übrigen Zufälle zu richten weiß: eine Kleinigkeit ist hier oft von der größten Wichtigkeit; hier was abgeschnitten, da was zugesetzt, dieß so und jenes anders gerichtet — dieß macht oft die ganze Kur einer Krankheit aus, woran man zuvor ganze Jahre lang umsonst gepulvert hatte. Im Nachtripper, sagt Simmons, der meistens von der Schwäche und Erschlappung der festen Theile, welche gelitten haben, herrührt, sind kalte Umschläge

und

a) Tissot, von der Onanie.

b) Selle, Medicina clynica. Berlin 1881. S. 171.

und kalte Bäder die beßten Mittel. Auch wird der lang anhaltende weiße Fluß am beßten dadurch geheilt.

Englische Krankheit.

Die englische Krankheit der Kinder, welche zum Theil oder vielleicht ganz allein von der Schwäche der festen Theile entsteht, verliert sich am geschwindesten auf das fleißige Waschen der Kinder mit kaltem Waßer. Da ich hievon im zweiten und dritten Abschnitte der ersten Abtheilung weitläufig gehandelt habe, so will ich hier nur einige Aerzte anführen, welche den Gebrauch des kalten Waschens und Badens der Kinder in dieser Krankheit bewährt gefunden und als nützlich angerathen haben. Robert Wittie beschreibt eine sehr kalte Quelle nahe bei York, welche von dem dasigen gemeinen Volke seit langen Jahren her als eine Wunderquelle wider diese Krankheit der Kinder mit den heilsamsten Wirkungen gebraucht wird. a) Gewiß es wäre zu wünschen, wenn in jedem Orte so eine kalte Wunderquelle im Rufe wäre, so hätten wir Aerzte nicht so viel Mühe, die Mütter nnd Kindwärterinnen zu überreden, die Kinder kalt zu waschen. Auch Rosen von Rosenstein empfiehlt in seinem bekannten Werke von den Kinderkrankheiten, besonders das

a) Wittie, Fons scarburg. p. 59.

kalte Bad bei der englischen Krankheit. So räth auch Thomson das Eintauchen der Kinder, welche mit dieser Krankheit behaftet sind, ins kalte Waßer an. Er will, man soll das Kind bis über den Kopf einigemal eintauchen, es einige Minuten lang im Waßer halten, dann trocken abreiben, und es die ersten Paar Wochen gleich darauf ins Bette legen. a) Armstrong läßt ebenfalls die Kinder in dieser Krankheit kalt baden. b) Dürande erzählt von einem Kinde, das diese Krankheit in einem sehr hohen Grade und schon ganz verwachsene Knochen hatte, daß es bloß durchs kalte Baden gesund und gerad geworden ist. c) Huxham hat bei dieser Krankheit sein meistes Vertrauen aufs kalte Bad gesetzt. d) Daß Tissot es als das einzige Mittel anpreist, ist bekannt. Fürstenau hat gesehen, daß die Indianer durch das kalte Baden ihre Kinder so stärken, daß man daselbst weder schielende, noch hinkende, noch krumme Kinder sehe. e) Eben so sagt auch Krüger, daß kalte Bäder den Kindern allzeit

---

a) Med. consultat. on various diseases.

b) An account of the diseases most incident to children.

c) Gazette de santé.

d) Tom. 2. pag. 39.

e) De medicina Indorum.

allzeit nützlich seyn. a) Auch Makenzie versichert, daß dadurch die Kinder nicht allein stärker und munterer, sondern daß auch ihre Wärme sich mehre, und daß die Skropheln und der Husten dadurch am beßten vermindert werden. b) Scheidemantel hat das Nämliche beobachtet. c) Und so könnte ich beinahe alle Aerzte, die von den Krankheiten und der Erziehung der Kinder geschrieben haben, als Gewährsmänner für den Nutzen der kalten Bäder in der englischen Krankheit anführen.

Dörrsucht.

Eben so allgemein wird das kalte Bad in der Abzehrung angerathen, welche ohne Eiterung eines Eingeweides bloß aus Abgang der Nervenkräfte und Erschlaffung der Muskeln entsteht. Diese Krankheit befällt meistens diejenigen, die in der Blüthe ihrer Jahre sind, wo sie das größte Maaß der Kräfte und der Lebhaftigkeit haben sollten. Ich bin in der ersten Abtheilung die Ursachen durchgegangen, welche diese Krankheit erzeugen. Es ist kein Mittel, das geschwinder in derselben seine heilsamen Wirkungen zeigt, als das kalte Bad, wofern sonst die Gelegenheitsursachen aufhören, die

a) Von der Erziehung. S. 25.

b) Geschichte der Gesundheit. S. 166.

c) Fränkische Beiträge. S. 173.

diese Krankheiten erzeugen und unterhalten. Ich habe sehr viele gekannt, welche die Abzehrung in einem so hohen Grade hatten, daß das Blut schon scharf geworden war, und die Lungen mit tödtlichen Geschwüren behaftet zu werden anfiengen, und bloß durch dieses Mittel haben sie sich sehr geschwind erholt, und sind itzt gesunde und muntere Männer, welche dem Staate mit Nutzem dienen. Sie empfanden beim Gebrauche dieses Mittels eine Wirkung, die sie von keinem andern stärkenden Mittel fühlten, und die sehr vieles zur Beförderung der gänzlichen Genesung beitrug. Der gefährliche Reitz verminderte sich immer mehr, je öfter sie badeten. Tissot räth in dieser Krankheit nichts so sehr, als kaltes Baden an. a) Auch Leuthner hat sie dadurch vollkommen geheilt. b)

Lähmung.

Ich komme itzt zu derjenigen Schwäche, wo die Kraft ganz verloren ist: nämlich zu der Lähmung. Daß bei dieser gänzlichen Erschlaffung der Nerven der äußerliche Gebrauch des kalten Waßers die geschwindeste und beßte Hülfe schaffe, darin kommen alle Aerzte, selbst die hartnäckigsten Feinde der kalten Bäder nicht ausgenommen, überein.

Boer-

---

a) Avis au Peuple.

b) L. c.

Boerhave, der sich sonst nicht viel über die kalten Bäder ausgelaßen hat, lobt in jeder Art Lähmung den äußerlichen Gebrauch des kalten Waßers. "Wenn man (sagt er) auf einen lahmen Arm, wo man sonst alles umsonst gebraucht hat, kaltes Waßer gießt, dann wird der Theil sehr kalt; aber gleich wird er anfangen zu jucken, zu stechen, Schmerzen zu empfinden: dann wird er warm werden, und die Wärme sich endlich in einen starken Schweiß auflösen. So wird oft (setzt er hinzu) durch ein örtliches Fieber das Leben in einem Theile wieder erweckt.„ a) Mead rühmt in der Lähmung nichts so sehr, als das Eintauchen ins kalte Waßer. b) Bloch führt ein Beispiel an, wo eine Frau, als sie ihren gelähmten Arm ins kalte Waßer hielt, so große Schmerzen darin empfand, daß sie ihn öfters herauszuziehen gezwungen ward: durch öfteres wiederholen vergieng die Lähmung völlig. c) Nach Erschütterungen des Kopfes oder Eindrückungen der Hirnschaale bleibt zuweilen eine Lähmung irgend eines Theiles übrig, worin unter andern Mitteln Schmucker die kalten Bäder am geschwin

---

a) De morbis nervor. Cap. de vertigine.

b) De imperio Solis & Lunae in corpora humana.

c) L. c. p. 50.

dessen zu helfen angemerket hat. a) Bergius gedenket eines Mannes, der von seiner Jugend an einen gelähmten Arm gehabt hatte, und durch den Gebrauch des kalten Bades in kurzem so weit kam, daß er ein Stechen darin empfand, und ihn auch etwas bewegen konnte. b) Selbst in der Zeit, als ich hier die kalten Bäder einzurichten angefangen, kann ich mehrere Beispiele aufweisen, wo Lähmungen nach dem Gebrauche des kalten Bades völlig geheilt worden sind.

Paulitzky erzählt von einem bejahrten Manne, der vom Schrecken lahm geworden, und als er auf einem steilen Wege mit dem Wagen in einen Fluß fiel, von der Lähmung befreiet worden: man brachte ihn heraus, legte ihn ins Bette, wo er stark schwitzte, und sodann ganz gesund und ohne Lähmung aufstand. Ein kaiserlicher Beamter hatte im Winter in der größten Kälte starke Reisen machen müßen: er bekam darauf heftiges Reißen in allen Gliedern, das sich zuletzt in eine völlige Lähmung derselben endete. Alles, was er brauchte, war vergebens; er hielt daher um seine Entlaßung an, die er auch sammt einer Pension erhielt. Zwei Jahre verfloßen,

daß

a) Chirurgische Wahrnehm. 1 Th. S. 156.

b) L. c. pag. 110.

daß seine Glieder lahm und todt waren. Er hörte sodann von dem hier errichteten kalten Bade, entschloß sich auch, noch dieses zu versuchen, und kam hieher. Nach den ersten vier Bädern empfand er schon etwas Beweglichkeit in den Armen, die nach jedem Bade zunahm, und zwar so, daß er nach dem dreißigsten Bade vollkommen hergestellt war, und ganz gerade ohne Stock gehen konnte. Mit Thränen dankte er mir, und dann gieng er zum Monarchen, seine Dienste wieder anzubieten, die ganz gerne angenommen wurden.

Schwäche des Gedächtnißes.

In der Schwäche des Gedächtnißes, die zuverläßig von einer Art Lähmung gewißer Theile des Gehirns entsteht, thut das kalte Bad die trefflichsten Wirkungen. So ist es auch in jener Schwäche des Gehirns nach langem anhaltenden Studieren, nach fortdaurendem Nachsinnen auf eine Sache, oder nach dem traurigen Nachdenken kränkender Ideen, wodurch so oft die ganze Oekonomie des Gehirns gestört wird, das beßte Mittel, die Sinne wieder aufzuheitern, und Munterkeit und Freude der Seele wieder zu geben. In dem schwarzen Staar hat man das beständige Auflegen des kalten Waßers vorzüglich gut befunden. a) Schwäche der Augen

a) Richter, Observ. chirurg. fascicul. pag. 26.

habe ich selbst sehr vielmal durchs Waschen mit kaltem Waßer und durchs kalte Baden geheilt.

Taubheit, Sprachlosigkeit.

Mit eben so großem Nutzen ist es auch in der Taubheit und Sprachlosigkeit gebraucht worden. Floyer führt ein Beispiel an, wo eine Taubheit durch das kalte Bad zu London völlig geheilt worden ist. a) Auch Baynard erwähnt von einer sichern Miß Ride, die so taub war, daß sie das Läuten der Glocken nicht hörte, wenn sie auch unten beim Thurme vorbeigieng. Durch das kalte Bad bei St. Mungosbrunnen wurde sie so vollkommen kurirt, daß sie das Geläute nachher auf eine halbe englische Meile weit hörte. b) In der Sprachlosigkeit haben schon längstens Hippokrates c), Cälius Aurelianus d), Celsus e) den äußerlichen Gebrauch des kalten Waßers heilsam gefunden.

Harnfluß.

Hieher gehört auch der Harnfluß, in so weit er eine Folge der geschwächten oder gelähmten Blase, oder ihrer Halsmuskeln ist, wozu sich zuweilen ein vorzüglicher

Trieb

---

a) Dritter Brief.

b) Baynard in seinem Briefe an Floyer.

c) De morbis mulierum.

d) De morbis chronicis. Lib. 2. c. 4.

e) Lib. 4. cap. 1.

Trieb aller flüßigen Theile des Körpers nach diesem Theile gesellet. Daß hier das kalte Bad nützlich sey, davon haben wir beim Zakutus Lusitanus ein merkwürdiges Beispiel a): Ein magerer Jüngling, der dem Zorn und starken Weintrinken ergeben war, bekam nach einem hitzigen Fieber den Harnfluß. Alles Getränke harnte er sogleich unverändert wieder weg. Er hatte zugleich Brennen in den Händen und Eingeweiden mit einem unauslöschlichem Durste. Jeden Tag harnte er das Waßer und Bier, wovon er täglich ohngefähr 90 Seitel trank, ohne Veränderung der Farbe, des Geschmacks oder Geruchs, gleich wieder weg. Man brauchte verschiedenes, aber alles umsonst. Seine Krankheit wuchs täglich, und er zehrte immer mehr ab. Da das Brennen, besonders in der Brust, beständig anhielt, so gieng er in der Verzweiflung nackend in der heftigsten Kälte ins kalte Waßer. Da er am folgenden Tage darauf den Durst nicht mehr so heftig, wie sonst spürte, so gieng er wieder ins kalte Waßer, und blieb itzt eine ganze Stunde darin. Dieß that er zwanzig Tage hindurch, und auf diese Art ist er wieder völlig zu seiner vorigen Gesundheit gelanget. Noch wunderbarer ist es, was Michelotus schrieb: b) Ein Mädchen, das 50 Pfund wog, hatte in einem

Jahre

---

a) Zacutus Lusitanus, Praxeos hist. Lib. 1. Obs. 17.

b) Epistol. ad amicum.

Jahre über 20000 Pfund Urin gelaßen; in der Höhe ihrer Krankheit wog die Menge des Urins, den sie in 24 Stunden ließ, 135 Pfund, da doch das Getränke, die Suppen, die Milch, und alles, was sie zu sich nahm, nur 15 Pfund wogen. Diese Heftigkeit der Krankheit währte vier Monate, da der Urin zuvor 60 — 70, auch 90 Pfund täglich wog. Ihr Durst war nicht so brennend; der Schlaf aber selten; die Kräften waren hingesunken, und die höchste Abzehrung nagte an ihren Leben. Man hatte alle mögliche Mittel angewendet; aber alle waren fruchtlos: endlich entschloß man sich, das kalte Bad zu versuchen. Durch den mehrere Tage fortgesetzten Gebrauch deßelben sahe man diese erstaunenswürdige Krankheit gänzlich weichen, und zwar so, daß das Mädchen in kurzem vollkommen wieder hergestellt wurde.

So hob auch Tode einen unwillkührlichen Abgang des Urins mit Einreibung öhligter Dinge und dem Besprengen mit kaltem Waßer. a)

In der Lähmung der Blase, wo durch zu langes Verhalten des Urins die Blase über ihre Spannkraft augedehnt worden, und sich nicht mehr zusammen-

---

a) Soc. med. Havn. collectanea. Vol. 1. p. 225.

menziehen kann, woher eine gänzliche Verhaltung des Urins entsteht, hat Steweson am geswwindesten geholfen, indem er die Kranken kalt hat baden laßen. a)

Auflösung der flüßigen Theile.

Ich habe bisher von der stärkenden Kraft des Waßers auf die festen Theile unseres Körpers gehandelt; es ist aber gewiß, daß sie sich auch auf die flüßigen Theile erstrecket. Die Feuchtigkeiten unseres Körpers enthalten auch feste Theile, wie dieses das Blut zeigt, wenn wir zur Ader laßen. Diese Theile können nun fester oder lockerer seyn. Je fester sie sind, desto gesünder ist insgemein der Mensch; je lockerer, je aufgelöster aber, desto übler sieht es mit der Gesundheit, ja mit dem Leben desselben aus. Hat nun das kalte Waßer auf die festen Theile, die das Blut umgeben, solche zusammenziehende Kräfte, so muß es diese auch auf die festen Theile im Blute äußern. Wir haben im Vorhergehenden gesehen, daß es im Faulfieber, wo das Blut stark aufgelöset ist, die heilsamsten Kräfte äußert, die nicht bloß in Ausziehung der Fieberhitze, sondern auch in dem bestehen, daß es das zur Auflösung geneigte Blut kompakter und fester mache.

Auf

a) Med. Essays and Observat. Vol. 5.

Scharbock.

Auf nämliche Art hat sich dann auch der äußerliche Gebrauch des kalten Waßers im Skorbut sehr heilsam erwiesen, als welches dieser Krankheit wirksam Einhalt thut, und auch ein gutes Verwahrungsmittel dawider ist. So bezeugt Leigh in seiner Geschichte von Lankaster a), daß der Scharbock, der in Lankaster so allgemein ist, am beßten durch antiskorbutische Mittel und kaltes Baden verhütet und geheilet werde. Auch Viktorin hat das Nämliche bei dem kalten Bade Loka angemerkt. b) In dem Gentlements Mayazin wird das kalte Baden im Skorbut ebenfalls sehr gelobt, und zwar als ein allgemein bekanntes und gebrauchtes Mittel. Es wird aber daselbst angerathen, nur recht kaltes Waßer zum Bade auszusuchen: weswegen auch die Seebäder im hohen Sommer, besonders in südlichen Gegenden, wegen Wärme des Waßers verworfen werden.

Ein Knabe bekam durch die feuchte, dumpfige Wohnung, schlechte Nahrung und äußerst schmutzige Verhalten den Scharbock und die Auflösung des Bluts in einem so hohen Grade, daß das stinkende Zahn-

---

a) Charles Leigh, natural history of lancashire, &c. Oxfort 1700.

b) Abhandlung des Bergius. S. 7.

Zahnfleisch beständig blutete, und sich hin und wieder auf der Haut des Körpers große handbreite und schwarzblaue Flecken zeigten. Er lag ganz steif, blutete aus der Nase, harnte Blut, und leerte Blut mit dem Stuhlgang aus. Ich ließ ihn gleich in ein kaltes und trockenes Zimmer legen, viermal am Tage mit kaltem Eßigwaßer den ganzen Leib waschen, nur mit einem Leintuche zudecken, ob es gleich kalt war, und beständig kaltes Waßer mit Vitriolgeist gesäuret trinken. So hatte ich das Vergnügen, in 14 Tagen den jungen Menschen vollkommen wieder hergestellt zu sehen, der ganz nahe am Rande des Grabes gewesen war. Er blieb noch über ein halbes Jahr sehr schwach; erholte sich aber nach und nach, und ist itzt nach acht Jahren ein starker und gesunder Mensch. So fragte mich auch noch kürzlich ein junger Mensch um Rath, der von Jugend auf mit starkem Nasenblüten behaftet gewesen; nun aber seit zwei Jahren alle Zufälle des heftigsten Skorbuts erlitte. Sein Zahnfleisch war sehr angeschwollen, und stank gewaltig; bei der geringsten Berührung vom Eßen oder auch nur von der Zunge blutete es. Alle Zähne waren locker; er blutete dabei noch immer aus der Nase, wodurch er oft ein halbes Pfund Blut verlor. Am ganzen Körper, besonders aber an den Füßen, hatte er blauschwarze Flecken von verschiedener Größe. Er war dabei sehr schwach, und klagte über Steifigkeit

besonders in den Füßen. Alle mögliche antiskorbutische Mittel, vom Sauerklee an, bis zum Meerrettig, hatte er bisher fruchtlos genommen. Ich rieth ihm, sich täglich einigemal den ganzen Körper kalt zu waschen; sich oft im Fluße zu baden, und viel kaltes, angesäuretes Getränk zu nehmen. Er hatte nur erst acht Tage diese Kurart fotgesetzt, als das Bluten schon aufhörte, und nach einem Monate war er ganz hergestellt: das Zahnfleisch war ganz natürlich; die Flecken der Haut waren verschwunden; er wurde stark und munter, und genießt noch itzt einer vollkommenen Gesundheit. Neuere Erfahrungen beweisen, daß das Baden im Flußwaßer nützlicher sey, als das im Seewaßer. a)

Waßergeschwülste der Füße.

Von den heilsamen Wirkungen des kalten Waßers in den Waßergeschwülsten der Füße giebt uns unter andern Hahn ein merkwürdiges Beispiel b): Eine junge schwangere Frau war seit neun Wochen nicht nur an den Füßen, sondern auch am

Leibe

---

a) Beobachtungen über die Wirkungen des Seewaßers in dem Skorbut und in Kröpfen, nebst einigen angegebenen Gründen, warum das Baden im Flußwaßer vor dem Baden in der See den Vorzug habe. Gentlemens Magaz. for the year 1770. Vol. 27.

b) L. c. Casus 19. pag. 252.

Leibe stark geschwollen, und mußte schon 5 Wochen lang nicht allein deßwegeu das Bett hüten, sondern auch wegen Beschwerde des Athems aufrecht sitzen. Er rieth ihr nebst andern Mitteln das kalte Waschen und kaltes Baden; sie that dieses, setzte oft ihre Füße und Schenkel ins kalte Waßer, und zuweilen tauchte sie sich mit ihrem ganzen Körper ein Paar Minuten lang darin unter. Nach zehn Tagen verschwand alle Geschwulst des Leibes, und in kurzem war sie völlig gesund. Er gedenkt ferner einer Kindbetterinn, die auf eben diese Art die Waßergeschwulst der Füße verloren habe. "Damit man aber (setzt er hinzu) nicht meynen möge, solch glücklicher Ausgang sey nur bei jüngern Jahren zu erwarten, so kann ich versichern, daß ich Leute kenne, die ihre 77 Jahre überstiegen, und doch vom frischen Waßer die zu Zeiten mit Anschwellung befallenen Schenkel so biegsam und hurtig erhalten haben, als sie an Asahel wohl nicht besser mögen gewesen seyn.„ a)

Waßersucht.

Selbst in der völligen Waßersucht wird dieses Mittel von vielen gelobt. Short setzt sein größtes Vertrauen bei dieser Krankheit in dem Eintauchen des ganzen Körpers ins kalte Waßer. b) Viktorin, Bay-

nard

a) Seite 145. b) L. c.

nard und Hahn führen davon überzeugende Beobachtungen an. So gedenkt Baynard eines Schottländers, der mit der Bauchwaßersucht behaftet war, und von dem Gebrauch des kalten Bades in acht Tagen schon eine so merkliche Beßerung spürte, daß die Peripherie der Geschwulst in dieser Zeit fast sechs Zoll abgenommen hatte. Er fieng an, den Urin frei zu laßen, und beim fortgesetzten Gebrauche wurde er völlig gesund. a) So hat auch Kohlhaas in der Bauchwaßersucht und der Waßergeschwulst der Füße den Gebrauch des kalten Waßers nützlich gefunden. b)

Doch wollte ich niemanden rathen, dieses Mittel in dieser Krankheit so vermeßen weg zu gebrauchen; es ist gewiß nützlich, wo bloß Schwäche der zellichten Haut und zu große Flüßigkeit der Säfte die Ursache der Krankheit ist; wo aber Verhärtungen im Unterleibe, oder Absetzungen von andern Theilen die Ursachen sind, da kann das kalte Waßer nicht anders, als den größten Schaden machen.

Bei

a) In seinem Briefe an Floyer, S. 220.

b) Baldingers neues Magazin für Aerzte. 2 B.

Bei dicken Leuten hingegen, bei der Anlage des Körpers zur Fettigkeit, wo nebst einem Uiberfluß an guter Nahrung zugleich auch eine Schwäche der festen Theile und besonders der Fetthaut zugegen ist, ist das kalte Bad gewiß nützlich: es macht das Fleisch stark und fest; verhindert die Schlappheit der Haut und das Anschwellen der Fetthaut. " Das kalte Bad (sagt Cälius Aurelianus) ist in der Absicht nützlich, den Körper hart und fest zu machen: denn bei denjenigen, die sich kalt zu baden gewohnt sind, wird man immer feste und starke Körper finden, die wie mit einer Rinde umgeben sind.„ a) Ich habe dieß in vielen Fällen wahr gefunden: meistens bekamen sie ein Abweichen, wobei ohne Schmerzen wäßerichte Stühle abgiengen, mit Abnahme des Fettes und der übrigen Beschwerden, die davon entstanden waren.

a) De morbis chronicis, Lib. 5. Cap. 11. de carne superflua, pag. 597.

Vierter Abschnitt.

Nutzen des kalten Bades in Krankheiten der Nerven.

Dieß waren ohngefähr die Gattungen derjenigen Krankheiten, die aus der Schwäche und Schlapp-heit der festen und Auflösung der flüßigen Theile zu entstehen pflegen, und worin der Gebrauch des frischen Waßers, vermög seiner stärkenden Kraft, nützlich gefunden worden ist. Einige derselben sind Kinder der Schwäche allein, ohne daß eine sonstige Veränderung in dem übrigen Körper, oder in den Nerven vor sich gegangen wäre. Zuweilen aber sind auch die Nerven mit dem allgemeinen Karakter der festen Theile bezeichnet: das Gefühl, die Empfindung, das Denken selbst ist, wie der übrige Körper, schwach und kraftlos.

Hingegen aber haben oft die Nerven bei dieser Schwäche der festen Theile eine höhere Spannung, so daß es scheint, die Kraft sey in einem desto stärkeren Grade in sie hinübergegangen, je

mehr

mehr sie sich von den übrigen festen Theilen weggezogen hat. Dieses Uibergewicht der Kräfte in den Nerven macht nothwendig Unordnungen in der Oekonomie des Körpers; störrt das Gleichgewicht, so zum natürlichen gesunden Zustande erfordert wird, und giebt daher Anlaß zu Krankheiten, die unter dem Namen der Krämpfe allgemein bekannt, aber nichtsdestoweniger Sproßen der Schwäche und Schlappheit der festen Theile sind. Dieß ist die wahre Entstehung der Krämpfe! Daher kömmt die nahe Verschwisterung derselben mit der Schwäche; daher die tausendfachen, wunderbaren Metamorphosen derselben, da bald in diesen, bald in jenen Nerven die Unordnung sich äußert; daher endlich plötzlich alle Zeichen des nahen Todes und gleich wieder darauf die augenblickliche Genesung. Kurz, das ist die bekannte hysterische und hypochondrische Krankheit.

Oft aber geschieht es, daß die festen Theile ihre völlige Stärke haben, und daß bloß in den Nerven ein widernatürlicher Karakter liegt, deßen Wirkungen ich zum Unterschiede von den Krämpfen, Konvulsionen nennen will. Es ist sehr schwer, hier bestimmte Gränzen zu seßen, da sich beide Gattungen sehr oft so unter einander vermengen, daß man nie eine deutliche Gränzlinie ziehen kann. So wie das ganze Nervensystem,

oder nur einzelne Nerven in Unordnung gerathen, so sind auch die daher rührende Konvulsionen entweder allgemein im ganzen Körper, wie z. B. bei der Epilepsie, oder nur in einzelnen Theilen, wie z. B. bei der Mundklemme. Oft gehen die letztern in die erstern über, oft aber laßen auch die erstern, besonders beim Weggehen hin und wieder in einzelnen Theilen ihre Fußstapfen zurück, und es scheint, als wollten sie dadurch ihr Daseyn dauerhaft machen. Die Ursachen aber dieser Konvulsionen sind eben so vielfach, als sich der natürliche Karakter der Nerven verschiedentlich verändern läßt. Hier kömmt es freilich vorzüglich auf die genaue Einsicht des Arztes an, der in der innern Werkstätte jede Feder kennt, und die Modifikazionen derselben in allen ihren einzelnen Theilen zu übersehen im Stande ist; die Hälfte aber aller dieser Unordnungen der Nerven kömmt bloß von einer örtlichen Veränderung in den innerlichen Karakter derselben her, da die Nerven entweder von einer zufälligen Schärfe, oder von einer vorhergegangenen gewaltigen Erschütterung gereizt in Konvulsionen ausbrechen.

Was die Kur dieser Krankheiten angeht, so erfordern freilich beide Gattungen ihre eigene; die ersteren, so sehr auch öfters ihre Nebenzufälle eine andere Lenkung in der Kur erfordern, können doch nie anders, als durch stärkende Mittel vertrieben

werden, wenn anders die Heilung von einer Dauer seyn soll: denn wenn ich in die festen Theile die natürliche Kraft wieder bringe, so stelle ich dadurch das Gleichgewicht wieder her, besonders wenn ich zu gleicher Zeit die Nerven kompakter mache, daß sie nicht mehr so leicht von jedem Reitz erschüttert werden. Daß aber unter allen Mitteln, die dieses zu leisten im Stande sind, die kalten Bäder den ersten Rang behaupten, das glaub ich, itzt nicht mehr mit weiteren Erfahrungen bestättigen zu dürfen. Die konvulsivischen Zufälle aber erfordern eine andere Heilart: hier muß man nicht bloß stärken, sondern auch die Nerven in einer entgegengesetzten Richtung zu bringen suchen; alles also, was die Nerven in eine entgegengesetzte Erschütterung bringen kann, was zugleich stärket, den Umlauf des Geblüts belebt, und in die Verstopfungen dringt, das muß nothwendig alle diese Unordnungen heben: und dieses thut das kalte Waßer, welches, nebst seiner stärkenden Kraft, eine Erschütterung im ganzen Nervensystem bewirkt; eine Erschütterung, die nicht unterdrückt, sondern erheitert, leichter macht, die Ausdünstung befördert, das Blut belebt, stärker herumtreibet, jeden Theil anzieht, und die Verstopfungen in den kleinsten Theilen auflöset. Freilich, wo einmal die Substanz der Nerven selbst durch die Länge der Krankheit eine andere Richtung erhalten hat; wo

sie durch eine mechanische Ursache entstanden ist, und unterhalten wird, wo zufälliger Reitz in entlegenen Theilen dieselbe verursacht, der sie durch sein bleibendes Daseyn noch immer unterhält, da kann freilich durch dieses Mittel die Krankheit nicht gehoben werden, die entweder unheilbar ist, oder durch eine ganz andere Heilart nach Beschaffenheit der Umstände angegriffen werden muß. Versuche kann man immer mit einem Mittel machen, das einfach und unschuldig ist, und sich so oft in diesen Krankheiten heilsam erwiesen hat. Hieraus läßt sich auch schließen, warum zuweilen in diesen beiden Gattungen, besonders in der letztern, die warmen Mineralwäßer mit Nutzen gebraucht werden: das warme Waßer macht die Theile geschmeidig, bringt in die Adern, und löst, vermöge seiner salzigten Bestandtheile, die Verstopfungen in den feinsten Gefäßen auf, die zuweilen die Ursachen dieser Unordnungen sind. Daher kann man auch hier keine bestimmte Heilart vorschreiben, indem diese Krankheiten ganz verschiedenen Ursprungs sind.

Hypochondrische und hysterische Zufälle.

Ich würde in unnütze Wiederholungen gerathen, wenn ich den Nutzen des kalten Bades in der hypochondrischen und hysterischen Krankheit mit vielen Beobachtungen beweisen wollte; ich glaube, dieß im Vorhergehenden sattsam gethan zu haben. Denn da es einmal gewiß ist, daß diese Krankheiten und alle

ihre Zufälle einzig in der Schwäche, es sey nun des ganzen Körpers oder einzelner Theile, und in der überwiegenden Reitzbarkeit entweder des ganzen Nervensystems oder einzelner Nerven besteht, so kann man daher leicht die Folge selbst daraus ziehen, daß das kalte Bad vorzüglich sowohl diese Krankheiten selbst, als auch deren Zufälle von Grund aus hebe. Dieses bewirkt meistens dessen stärkende Kraft, da im Gegentheil in den konvulsivischen Zufällen die Erschütterung vielleicht vieles zur Kur beitragen mag.

Konvulsionen.

Hippokrates hat schon das kalte Waßer äußerlich in den Konvulsionen angerathen; auch Todar a) und Wittie b) haben dessen Nutzen in dieser Krankheit erfahren. Hannes c) giebt uns einige Beispiele, wo er die heftigsten Konvulsionen bloß mit kaltem Waßer geheilt hat. "Eine Frau von 27 Jahren (schreibt Brün) bekam einige Stunden nach der Geburt Konvulsionen, die auf die dargereichten spirituösen Sachen immer heftiger wurden, so daß sie zuletzt steif wie ein Stück Holz und gleichsam »ohne Leben da lag. Das Blut hatte sie verloren, und

a) L. c.

b) Fons scarburgensis.

c) Medical and philosoph. Commentar by a Society of Edinburg. Vol. 3. pag. 248.

der Puls war nicht fühlbar; auf einmal kamen wieder Konvulsionen, und zulezt alle Zufälle der Epilepsie mit Schaum vor dem Munde. Da der Mund zugeschloßen war, so konnte er ihr nichts anders, als Klistiere aus kaltem Waßer geben; doch auch die konnte man ihr wegen den heftigen Konvulsionen nicht beibringen. In diesen Umständen ließ er die Kranke, so wie sie ganz nackend da lag, mit kaltem Waßer am ganzen Leibe besprengen. In einer kurzen Zeit sah man schon die Konvulsionen weichen; sie öffnete Mund und Augen, und kam in kurzem zu sich. a) " In den hysterischen Erstickungen (sagt Pomme) heben kalte Bäder der Füße oder des ganzen Körpers das Uibel aus dem Grunde. „ b) In Ostindien sieht man dieß Mittel in dieser Krankheit für spezifik an; wie auch in Südkarolina, wie uns Chalmers berichtet. c)

Leuthner hat in hysterischen Krämpfen vor der Reinigung, wo alle andere Mittel ohne Nuzen waren, mit kaltem Baden allein eine vollkommene Heilung bewirkt. d) Chavasse hat es auch in hy-

ste-

---

a) Pomme, l. c.

b) Idem, l. c.

c) Journal de med. 1759.

d) Leuthner, prakt. Heilungsversuche der Mutterdünste durch verschiedenen Gebrauch des gemeinen Waßers. 2 Teil.

sterischen Krämpfen am heilsamsten gefunden. a) Hannes führt ein Beispiel an, wo die heftigsten Konvulsionen durch das kalte Baden ganz vertrieben worden sind. b) So giebt auch Conte hievon ein sehr merkwürdiges Beispiel: eine Frau von Jahren, bekam auf einmal Zufälle der fallenden Krankheit; als er der Ursache nachforschte, fand er den Fehler in der Mutter: behandelte sie daher nach der Vorschrift des Herrn Pomme, verordnete das kalte Bad, worin er sie einige Stunden lang sitzen ließ, das Auflegen der Tücher, die in kaltes Waßer getränkt waren, über den Kopf, und so kurirte er sie vollkommen in zwei Monaten. Ein Mädchen von 18 Jahren war seit ihrem sechsten Jahre mit allen Arten von Konvulsionen behaftet gewesen. Der Veitstanz, die Mundklemme, das sardonische Lachen und alle wunderbare Verdrehungen des Körpers, welche die Konvulsionen, besonders bei jungen Leuten, zu erregen pflegen, stellten sich wechselsweise dabei ein; kaum war sie ein viertel Jahr davon in etwas befreiet, als die Konvulsionen sich wieder auf einmal und zwar mit verstärkter Heftigkeit einstellten; gleichsam als wenn sie nur ausgesetzt hätten, um nachher desto stärker zu wü-

---

a) Lond. med. Journal. Vol. 7. pag. 3.

b) Med. and phil. Comment. of Edinb. Vol. 3.

wüthen. Dieses dauerte bis in ihr siebenzehntes Jahr. Ihre Augen waren dabei sehr geschwächt, und ihr Ansehen blaß und aufgedunstet. Im vierzehnten Jahre stellte sich die Reinigung ein, und der Ausbruch war mit entsetzlichen Konvulsionen begleitet, die nun alle Monate wieder kamen, und wochenlang dauerten. Es wurden verschiedene Aerzte zu rathe gezogen, und da die Krankheit von jedem aus einem andern Gesichtspunkte betrachtet wurde, so wurden auch verschiedene Mittel gebraucht; aber keines wirkte viel. Die Krankheit blieb ein Räthsel; und nun kamen viele, das Phänomen zu sehen. Der behandelnde Arzt übergab willig jedem Neuankommenden seine Kranke: weil er mit den besten Mitteln die Krankheit so wenig, als seine Vorgänger, heben konnte. Endlich verfiel man auf die kalten Bäder. Ich gab ihr gar gerne ein Badzimmer, das sie täglich nach ihrem Belieben brauchen konnte, und war sehr begierig, die Wirkung des kalten Bades bei dieser lang anhaltenden, hartnäckigen Krankheit zu sehen. Im Bade empfand sie ein Ziehen hin und her in den Muskeln der Arme, der Brust, des Unterleibs und der Füße; doch aber keine Konvulsionen. Nach dem Bade befand sie sich jedesmal heiterer. Ich ließ sie eine Viertelstunde im Bade, und dann zur Beförderung der Ausdünstung ins Bett legen. Im ersten Monate bekam

sie

sie ihre Reinigung noch mit Konvulsionen, doch waren sie um vieles gelinder, als gewöhnlich, und dauerten auch nur zwei Tage lang. Im zweiten Monate blieben sie aus; das Aussehen der Kranken wurde vom Tage zu Tage beßer und gesünder, ihr Geist munterer, und alles Ziehen in den Muskeln hörte auf. Sie badete sich den ganzen Sommer hindurch täglich, außer zur Zeit der Reinigung, die nun ganz ohne Beschwerde kam, und war ganz munter und gesund. Im folgenden Winter bekam sie eine heftige Lungenentzündung, wovon sie, ohne daß sich einige Zufälle ihrer vorigen Nervenkrankheit geäußert hatten, geheilt wurde: und nun ist sie seit drei Jahren so vollkommen hergestellt, daß sie auch nicht ein einzigesmal nur eine Anwandlung von Krämpfen empfunden hat. Ich laße sie jährlich das Bad fortbrauchen, deßen sie sich auch, als des einzigen Mittels, welchem sie ihre Gesundheit dankt, willig und gerne bedient.

Epilepsie.

Celsus räth ebenfalls in der Epilepsie den äußerlichen Gebrauch des kalten Waßers. Das Anstoßen des kalten Waßers, sagt Cälius Aurelianus, ist in der Epilepsie sehr nützlich, da die Theile durch diese Erschütterung verändert werden müßen. An einem andern Orte räth er in dieser Krankheit das Schwimmen an. Floyer sagt in

sei-

seinem vierten Briefe: " Da der Wein, hitzige Diät, warme Bäder, Gestank u. d. gl. zu dem Anfalle der Epilepsie Anlaß geben, so können wir ganz vernünftig das entgegengesetzte Verhalten versuchen, wie da ist: eine kühlende Diät, Waßertrinken, das Waschen des Gesichts mit kaltem Waßer, oder das Poska der Alten, um den Anfällen zuvorzukommen.„ Und kurz zuvor sagt er: "Alle Unordnungen der Lebensgeister, die mit Hitze des Bluts verbunden sind, erfordern kalte Bäder; dergleichen sind: epileptische Schwindel, Krämpfe, hysterische und hypochondrische Erstickungen, Herzklopfen, Chorea St. Viti, Steckhusten„ u. s. f. Mead erhebt ebenfalls das kalte Baden beim St. Veitstanz.

Die heftigsten Konvulsionen und epileptischen Anfälle hat Dupont auf der Stelle mit Auflegung in kaltes Waßer eingetauchter Tücher auf den Kopf vertrieben. a) De Bennie erzählt einen merkwürdigen Fall von der Heilung einer Fallsucht durch den Gebrauch des kalten Bades, den ich ganz einrücken muß: b) "Ein Knabe von 12 Jahren, (sagt er) der einen ziemlich starken Körper und fä-

higen

---

a) Journal de medecine. Tom. 32. pag. 130.

b) Verhandelingen te Vliffingen. Dec. 6. p. 587.

higen Kopf hatte, dabei sehr ordentlich lebte, wurde ohne einige vorhergehende bekannte Ursache mit heftigen Zuckungen befallen. Man ließ ihm einige Male zur Ader, gebrauchte verschiedene krampfstillende, purgierende und wurmabtreibende Mittel; ingleichen die Fieberrinde mit Baldrian, Pomeranzenblätter und Seife vermischt und viele andere gegen die Epilepsie bekannte Arzneien. Indeßen wurde aber doch bei dem Gebrauche aller dieser Dinge die Krankheit so schlimm, daß der kleine Kranke täglich zwölf, vierzehn, bis zwanzig Anfälle bekam, wobei er nur kleine Zwischenräume von Ruhe hatte, die kaum eine Stunde lang dauerten. Nachdem er einige Zeit auf diese Art zugebracht hatte, und die Anfälle immer heftiger wurden, so kam endlich noch eine paralytische Lähmung auf der linken Seite dazu; so daß er die Hand nicht mehr bis au den Kopf bringen, und das Bein nur vorwärts bewegen konnte.

Der Vater, über den Zustand seines Sohnes untröstlich, suchte alles zu deßen Wiederherstellung anzuwenden, und ließ den Herrn Marteau, Olischlager und mich ruffen, um ihm unsern gemeinschaftlichen Rath mitzutheilen. — Der gewöhnliche Hausarzt legte uns eine genaue Geschichte der Krankheit vor, und der Fall schien uns so schwer zu seyn, daß wir uns entschloßen, nicht eher etwas zu

thun,

thun, als bis wir einige Anfälle gesehen hätten. Unser Verlangen ward bald befriediget: denn er bekam in weniger als einer Stunde zwei Anfälle.

Zuerst bemerkte man einige Zuckungen in den Augen des Knaben, sodann lief er hastig und verwirrt hin und her, drehte sich zwei - bis dreimal herum, fiel dann plötzlichzur Erde nieder, und wurde mit solchen heftigen Zuckungen befallen, daß sie mit keiner Gewalt zu hemmen waren; er schlug die Daumen ein; aus dem Munde kam Schaum hervor; er verlor alles Bewußtseyn und den Gebrauch der äußerlichen Sinne, und man bemerkte an ihm alle diejenige Zeichen, die Aretäus so meisterlich beschrieb, und die ich hier der Kürze wegen stillschweigend übergehe. Nachdem der kleine Kranke auf diese Art einige Minuten gleichsam mit dem Tode gerungen hatte, so fiel er in einen sanften Schlaf; er erwachte aber bald wieder, fieng an zu weinen, und da er zu sich selbst kam, wußte er von dem Vergangenen nichts, und war sehr abgemattet

Zufolge der hier angegebenen Umstände sollte man allerdings urtheilen, daß diese Krankheit idiopathisch gewesen sey, und viele Aerzte würden den Kranken seinem Schicksale überlaßen haben. Nach reiflicher Uiberlegung aber befanden wir, daß der Knabe, in Rücksicht auf seine Jahre, sich allzusehr

mit

mit Studieren beschäftigte, daß er wenig spielte, und daß er misvergnügt und untröstlich war, wenn ihm nicht der erste Preis in der Schule zuerkannt wurde. Allein wir ließen, da wir die Erklärung des van Swieten über den 1075sten Aphorismus des unsterblichen Boerhav's in Erwägung zogen, wo er sagt, er habe mit Mitleid Knaben, die die beßte Hoffnung von sich gaben, in eine schlimme und unheilbare Epilepsie fallen sehen, fast alle Hoffnung sinken. Indeßen zeigte uns doch dieser Fall, daß durch übermäßige Anstrengung der Seelenkräfte die Nerven des kleinen Kranken öfters allzustark angespannt worden waren, und daß daraus eine Atonie oder Entkräftung hatte entstehen müßen, welche sowohl auf das Gehirn, als auch auf andere Theile des Körpers einen großen Einfluß gehabt.

Wir nahmen also die Atonie für die wahrscheinlichste Ursache in dieser Art von Epilepsie an, und beschloßen, die Kräfte, soviel als möglich, wieder herzustellen. Hiezu schlugen wir die kalten Bäder vor, die Hamilton und Tissot so sehr rühmen, und von deren guten Wirkung Pomme so viele außerordentliche Fälle erwähnt. a) Um aber desto beßer von der Kraft dieses Mittels urtheilen zu können, so

setzten

a) Pomme empfiehlt vornehmlich laue Bäder.

ſetzten wir den Gebrauch aller andern Arzneimittel bei Seite.

Am 13ten Julius 1773 badete ſich der kleine Kranke das erſtemal in kaltes Waßer. Da aber die Witterung ſehr unangenehm war, und wir ihn von dem fernern Gebrauche nicht beim erſtenmale abſchrecken wollten, ſo ließen wir etwas warmes Waßer darunter gießen; er ſetzte ſich bis an den Hals ins Waßer, blieb eine Stunde lang darin, und mußte von Zeit zu Zeit den Kopf untertauchen. An eben demſelben Tage badete er ſich noch einmal des Nachmittags. Er bekam an dieſem Tage eilf Anfälle von der Fallſucht.

Den 14ten gebrauchte der Kranke wieder zwei kalte Bäder, und er hatte an dieſem Tage nur ſieben Anfälle. — Den 15ten badete er wieder zweimal, und bekam nur zwei ſtarke und drei ſchwache Paroxismen. — Den 16ten bediente er ſich wieder zweier Bäder, und er hatte dieſen Tag nur einen und auch nicht ſtarken Anfall. — Wir beſchloßen nunmehr, ihm täglich nur ein Bad, theils der rauhen Witterung, theils ſeiner Widerſetzlichkeit wegen, zu verordnen.

Das Baden wurde auf dieſe Weiſe bis zum 28ſten Julius fortgeſetzt. Bei unſerm gemeinſchaftlichen

lichen Besuchen erfuhren wir, daß gar keine ordentliche Anfälle mehr, sondern bloß einige Zuckungen in den Augen erfolgten; daß er die Hand an den Kopf bringen konnte, und daß die Schwäche des Fußes sich beinahe gänzlich verloren hatte. Die Bäder wurden bis zum ersten August fortgesetzt; da wir dann mit Vergnügen sahen, daß sowohl die Zuckungen der Augen, als auch alle epileptische Anfälle verschwunden waren; daß er die zuvor gelähmte Hand eben so gut, als die andere gesunde gebrauchen, und daß er ohne alle Beschwerde gehen und laufen konnte. Wir verordneten daher, daß er einen Tag um den andern mit dem Bade fortfahren sollte, und er hat sich bei dieser Behandlung so wohl befunden, daß er anitzt über keine Unpäßlichkeit klagt, und sein Studieren mäßig, jedoch rühmlich fortsetzt.

Man ersieht aus dieser Krankengeschichte: 1) daß es sehr ungereimt ist, wenn zarte Kinder allzufrüh und allzustark zur Anstrengung ihrer Seelenkräfte angehalten werden; 2) wie nöthig es ist, die Ursache einer Epilepsie aufzusuchen: denn wenn man solche findet, so kann man oft den damit Behafteten helfen; 3) daß man eine Fallsucht, wenn auch alle Zeichen anzeigen, daß sie idiopatisch sey, nicht für unheilbar halten müße; 4) daß das von Unverständigen für unbedeutend angesehene kalte Bad

in dem hier beschriebenen Falle von dem beßten Erfolge gewesen ist, und in vielen andern Uibeln dieser Art mit großem Nutzen gebraucht werden kann; und endlich 5) daß das kalte Bad mit Recht das Verzeichniß der gegen die Epilepsie bewährt gefundenen Mitteln vermehren kann, zumal da man, wenn es mit Vorsicht gebraucht wird, keine nachtheilige Folgen davon zu fürchten hat.

Hundswuth.

Ich halte es für nöthig, hier noch anzumerken, daß beim Gebrauche des kalten Bades in der Epilepsie allemal zum wenigsten zwo gesetzte Personen bei dem Pazienten zugegen seyn müßen. Denn der kleine Kranke bekam zweimal im Bade seine Anfälle, und würde ohne schleunige Hülfe wahrscheinlich ertrunken seyn. Ein weichherziger Vater, eine schwache Mutter, und das Gesinde, welches sich bei dergleichen Fällen entsetzt, gerathen durch die Angst in zu großer Verwirrung, um alles mit der gehörigen Sorgfalt verrichten zu können.

In den wunderbaren Zufällen der Hundswuth ist das kalte Bad von vielen als ein kräftiges Mittel gelobt worden. Short und Mead rathen es als das beßte Mittel in dieser Krankheit an; auch

Boerhave lobt es darin, ob er schon mehr von der Furcht, die er dadurch zu erregen sucht, als von dem Bade selbst erwartet. So melden auch die Edinburgischen Sammlungen, daß diese Heilmethode in der Hundswuth mit glücklichem Erfolge angewendet worden ist.

Mundklemme.

In der Mundklemme ist das Beschütten mit kaltem Waßer und das kalte Bad sehr oft vortrefflich nützlich gewesen. Pomme giebt unter andern eine sehr auffallende Geschichte, die hieher gehört: Ein junger Mensch wurde ausgestreckt wie todt unter einem Baume gefunden: ohne alles Gefühl und ohne Bewegung brachte man ihn ins Krankenhaus: sein Puls gieng sehr langsam und kaum merklich; der Kinnbacken war so fest und unbeweglich, daß man ihm nicht einmal einen Tropfen Waßer beibringen konnte; man setzte ihm Zugpflaster und Blutigel an; gab ihm reitzende Klistiere: nichts half; endlich nach vier Tagen legte man ihm Eis auf den Kopf. Der Kranke öffnete gleich darauf die Augen und den Mund; den andern Tag stürzte man ihn ins kalte Bad, ließ ihn acht Stunden darin sitzen, und legte ihm zu gleicher Zeit Eis auf den Kopf. Im Anfang schrie er gewaltig; aber nach

einer Viertelstunde fieng er an, zu eßen und zu trinken, und völlig zu Verstand zu kommen. a) Auch D. Whight erzählt im sechsten Bande der Loudner medizinische Versuche verschiedene merkwürdige Zufälle, wo die Mundklemme durch kaltes Baden geheilt worden.

Whight versichert b), daß ihm dieß Mittel, seitdem er es kennt und braucht, noch nicht ein einziges Mal fehlgeschlagen habe. Er führt fünf Fälle an, wo es überall die beßte und schleunigste Hülfe geschafft hat. Ein Knabe von zwölf Jahre bekam nach einer heftigen Sonnenhitze, der er sich ausgesetzt hatte, den Tetanus, wozu sich allgemach auch der Opisthotonos gesellte. Nachdem verschiedene Mittel fruchtlos angewendet worden waren, entschloß man sich zum Gebrauche des kalten Waßers. Man zog den Kranken nackend aus, und goß auf ihn einige Eimer kaltes Waßer, trocknete ihn dann ab, und legte ihn ins Bett. Dieß wiederholte man alle vier Stunden. Gleich nach der ersten Anwendung verminderte sich schon der Krampf, und nach sechs

Tag

---

a) L. c. pag. 475.

b) Medical observations and Inquiries by a Society of Physicians in London, Vol. VI. London, 1784.

Tagen verlor er sich völlig. — Ein Jüngling von 22 Jahren war mit einem Stock am Gesicht und Kopf verwundet worden. Einige Tage darauf überfiel ihn ein heftiger Schmerz unter dem Brustbein, eine Steifigkeit am Halse und an der untern Kinnbacke, und ein Krampf, der den Körper ganz zurückzog, und wechselweise einige Minuten dauerte, dann wieder nachließ. Man brauchte das kalte Waßer auf die nämliche Art, wie bei dem erstern Kranken, und die Genesung erfolgte eben so bald. Der dritte Kranke bekam die Krankheit bei heißer Witterung ohne offenbare Ursache; der Vierte nach einer Verwundung am Fuße; der Fünfte nach einer starken Erkältung zu Nachtszeiten, und alle wurden durch den äußerlichen Gebrauch des kalten Waßers ohne irgend ein anderes Mittel sehr bald und vollkommen hergestellt. Auch Druremond erzählt einen ähnlichen Fall, in welchem das kalte Waßer die Krankheit hob.

Barere beschreibt eine Krankheit, die in Cayenne in Südamerika unter den Kindern sehr gewöhnlich ist, und mit der Mundklemme völlig übereinkömmt, nur daß sehr oft eine völlige Steifigkeit des ganzen Körpers sich dazu gesellt. Erst kommen kleine Zuckungen des Kinnbackens; das Saugen der Milch wird schwer; dann schließt sich der Kinnbacken völlig zu; die äußern Glieder werden starr;

endlich kommen Verzuckungen, die die Vorboten des gewißen Todes sind. Auch Erwachsene, sagt er, sind von dieser Krankheit nicht frei; das beßte Hülfsmittel aber sey, wenn mann öfters den Tag über, den Kranken mit kaltem Waßer bespränge, und besonders im Anfange der Krankheit; mit diesem Besprengen müße so lange angehalten werden, bis alle Theile des Leibes ihre gehörige Geschmeidigkeit wieder haben. a)

Engbrüstigkeit und andere Nervenzufälle.

Und so hat man täglich Proben des vorzüglichen Nutzens dieses Mittels in allen den Krankheiten, wo konvulsivische Zusammenziehungen die Ursache derselben sind. Viktorin sah langwierige Engbrüstigkeiten, welche keinem andern Mittel gewichen waren, in seinem Lokabade aufhören. Auch Todar führt ähnliche Beispiele an. Hahn gedenket eines Mannes, der mit heftigem Blutspeien und oft wiederkommenden Krämpfen angegriffen, und endlich dadurch so zugerichtet worden war, daß seine Zunge gelähmt, und das eine Auge der Sehkraft beraubet wur-

---

a) Sammlung aller Reisen zu Waßer und zu Lande. 16 B. S. 363.

wurde; durch das kalte Bad aber wurde er völlig wieder hergestellt.

Schon Cälius Aurelianus hat den Gebrauch des frischen Waßers beim Asthma angerathen, nämlich die Cutilas und Albulas, und will, man soll den Cataklysmus — die Gewalt, den Strom des Waßers, wenn er aus engen Röhren herausdringt: gemeiniglich la Douche — den Kranken auf die Brust richten. So sah auch Smith, daß bei einem langwierigen Husten das kalte Waschen des Kopfes und der Brust mit Nutzen gebraucht wurde. Eben so hat man auch dieses Mittel in andern Krankheiten mit Nutzen gebraucht, da eine konvulsivische Zusammenziehung der Nerven die Ursache derselben war, als z. B. im Kopfwehe, in der Migraine. Mayerne versichert, daß er in allen Krankheiten des Kopfes von dieser Ursache nichts Beßeres gefunden habe, als das Waschen deßelben mit frischem Waßer. In dem Clavus hystericus, den man bei hysterischen Zufällen so oft findet, hat man kein beßeres Mittel, als kaltes Waßer auf den Kopf gelegt. Er führt auch ein Beispiel von de Boux an, der eine Dame von diesem Uibel bloß mit kalten Umschlägen geheilt hat. a) Chavasse hat das Nämliche beobachtet.

a) Am ang. Orte.

In den Ohrenschmerzen hat schon Cälius Aurelianus das kalte Baden angerathen, und er will, daß man das schmerzende Ohr gegen den Strom des Waßers halten soll. Viktorin hat den Nutzen deßelben in dieser Krankheit ebenfalls erfahren. In den Zufällen der Blase, bei Harnverhaltungen, bei der Cardialgie, dem Magenkrampfe, stätem Erbrechen, in der Windkolik, beim Ileum und andern schmerzhaften Krankheiten habe ich den Nutzen des kalten Bades schon angezeigt. Nur muß ich bemerken, daß in allen diesen Krankheiten beim Gebrauche des kalten Bades Rücksicht auf die übrigen Zufälle genommen werden muß, wenn man nicht damit unersetzlichen Schaden aurichten will. Hahn a) berichtet von einem seiner Freunde, daß er, seitdem er sich täglich die Brust und den Magen fleißig mit kaltem Waßer wäscht, nicht mehr der Cardialgie unterworfen ist, die zuvor seine gewöhnliche Krankheit war. Er führt noch andere Personen an, die dem nämlichen Uibel unterworfen waren, und auf diese Art davon befreiet worden sind. Auch ist es nicht lang, fährt er fort, da eine vernünftige und von Natur schwächliche Frau bei täglich sich anmeldendem Fieber einen heftigen Brustschmer-

zen

a) Am ang. Orte.

zen mit fast unerträglicher Cardialgie und viel Erbrechen erdulden mußte; statt der gewärmten Schwannenfelle legte ich einen Eisschollen über die Brust und den Magen, und ließ ihn darauf mit vieler Erleichterung, welche andere Mittel nicht hatten zuwege bringen können, zerschmelzen; auch gieng sie nachmals oft in ein temperirtes Bad von gemeinem Waßer, und ich kann mich kaum erinnern, sie jemals munterer als nach dieser Kur gesehen zu haben, da sie doch in ihrer Krankheit ein mehr als hippokratisches Gesicht und Hände vorzeigte. Ich habe selbst ein Paar solcher Fälle angemerkt, wo man mitten in der Kolik ins kalte Bad gegangen ist, und die beßte Linderung darauf empfunden hat. Ich wollte es aber keinem so schlechtweg anrathen, ohne zuvor gewiß zu seyn, daß alle Schärfe und Unreinigkeit aus dem Magen und den Gedärmen geschafft sey; es sey denn, daß durch den Reiz die Theile konvulsivisch zusammengezogen, selbigen den Ausgang verschlößen, wie dieses sehr oft zu geschehen pflegt.

Vorsichtsregeln.

Dieß wären also die Vortheile des äußerlichen Gebrauchs des kalten Waßers. Stärke der Haut

näm-

nämlich, Stärke im ganzen Körper, Erschütterung durch alle Nerven und Aussaugung der überflüßigen Hitze. Aus diesem allgemeinen Gesichtspunkte betrachtet, muß der Nutzen deßelben desto ausgedehnter seyn, je vielfacher die Krankheiten sind, die aus den entgegengesetzten Ursachen entstehen. Aber eben aus diesem kann man auch sehen, daß der Gebrauch deßelben nicht immer nützlich, ja oft sehr schädlich seyn muß.

1. Wenn man in vollem Schweiße hineingeht, muß dadurch, besonders wenn das Blut erhitzt und die Reibung der Gefäße heftig ist, sich der Schweiß zurückschlagen, die Bewegung auf einmal in den äußern Theilen stocken, und in den innern desto heftiger werden: Entzündungen also, Steifigkeiten der äußern Glieder, Metastasen auf innerliche Theile müßen dadurch entstehen, die oft tödtlich sind.

2. Wenn die festen Theile des Körpers zu rigid und eben dadurch schon Krankheiten entstanden sind, dann müßen dieselbe durch das kalte Bad nothwendig vermehrt werden. Leute, die mit Blutstürzung von dieser Ursache behaftet sind, laufen Gefahr, dadurch Rückfälle zu bekommen. Verhärtungen, die nicht von Schwäche entstanden, oder die schon in

Ver-

Verknöcherung übergegangen sind, müßen dadurch vergrößert werden; es sey denn, daß das kalte Bad diesen Krankheiten in einer andern Rücksicht nützte, wo dann das Uibergewicht des einen die Schale des andern aufhebt.

3. Die plötzliche Erschütterung beim Einsteigen ins Waßer, die immer, wie Huxham sagt, ein künstliches Fieber vorstellt, muß im Anfalle des Fiebers höchst schädlich seyn. Selbst sehr Schwache dürfen eben deswegen dieß Mittel nicht brauchen, weil diese fieberhafte Erschütterung ihnen eben so gefährlich seyn könnte, wie es die Kälte des Fiebers oft ist.

4. Das Nämliche ist von der hitzdämpfenden Kraft des kalten Waßers zu verstehen, welche in diesen Kranken die schwache Wärme bald völlig aussaugen kann; bei denen nämlich die Flamme des Lebens ohnedem schon sehr schwach ist, die beim geringsten Hauch zittert, und zu verfliegen droht. Deswegen muß man bei diesen Kranken, wenn die übrigen Umstände den Gebrauch der kalten Bäder erfordern, allgemach anfangen, erst sie bloß mit kaltem Waßer waschen laßen, bis sie hernach, an die Kälte des Waßers gewohnt, ganze Bäder brauchen können.

5. Ein

5. Ein allmäliges Hineingehen ins kalte Bad hat immer den sichersten Nutzen, und kann, wo auch eine Gegenanzeige da wäre, den wenigsten Schaden machen; da hingegen das Einstürzen nur dem gewohnten Schwimmer, und bei der gemäßigten Wärme des Körpers gesichert ist. In den Fällen aber nützt das Einstürzen vor dem allmäligen Hineingehen, wenn man eine Erschütterung in dem Körper zu erregen gedenket, wie ich solche Fälle in dem ersten Abschnitte aufgezeichnet habe. Im Einstürzen ist immer gut, die Füße erst zu waschen; denn allgemach damit aufwärts bis zum Kopf zu steigen, wobei man das Gesicht zugleich waschen kann.

6. Nichts ist aber schädlicher, als das zu lange Verweilen im Waßer, ohne auf die Kräfte des Körpers Acht zu haben. Gerade, wenn man sich am beßten darin befindet, muß man hinausgehen, und nie muß man den zweiten Frost abwarten; friert man aber einmal wieder, und man will dennoch darin bleiben, dann muß man das Zittern, Kopfwehe und alle Uibel, die darauf folgen, sich selbst und nicht dem Bade zuschreiben. Ich habe es oft nur auf zwei Minuten Leuten verordnet, die eben nicht gar so schwach waren: und sie haben sich darauf viel frischer und munterer befunden, als da sie länger darin gewesen waren. Keine Sache zeigt

ihren Nutzen so bald, als dieses Mittel; aber keine ist auch, die sich so bald an ihrer Entheiligung rächet, als ebendaßelbe. Hat man aber etlichemal gebadet, ist man jung und voller Kräfte, dann kann man eine viertel, halbe, ja hernach eine ganze Stunde darin bleiben, besonders wenn man sich immer in Bewegung gehalten hat. Uiberhaupt habe ich gemerkt, daß dicke Leute, und besonders Frauen, welche fleischigt sind, nicht allein im Einstürzen ins Waßer weniger frieren, sondern auch viel länger als andere darin bleiben können.

Soviel vom Gebrauche der kalten Bäder, deren Wiedereinführung eigentlich das Verdienst einer höhern Aufklärung der Arzneikunst ist, und deren Nutzen immer mit der größern oder mindern Allgemeinheit derselben im Verhältniße stehen wird. Zwar fehlt es diesem Mittel auch itzt noch eben so wenig an Widersachern, als es von jeher den bekanntesten Wahrheiten an Widerlegern und Zweiflern gefehlt hat; und es giebt, zumal in dem Zeitpunkte, wo beinahe jeder Adept seine eigene Kurmethode hat, Vorurtheile, die weder Gründe, noch Erfahrung zu Paaren treiben können. Es geht in diesem Stücke der Arzneikunde wie der Philosophie, wo jeder, der einmal ein System in Affektion genommen, für daßelbe wie pro aris et

focis

focis kämpft, und dafür, fehlt es ihm nur an einer gewißen Art von Starrsinn nicht zum Martyrer werden würde. Solche Köpfe zu rechte bringen wollen, ist vergebliche Mühe; denn Vorurtheile, wenn sie sich einmal im Kopfe ansetzen, hart werden und einrosten, sind, wenn ich mich so ausdrücken darf, Verhärtungen im Gehirne, die unheilbar sind.

Re=

Register.

A.

Abzehrung bei Müttern, wodurch sie geheilt worden. 11
Ader, goldene, zu was für Krankheiten sie gehört. 281
— — deren Veranlassung. ..... —
— — was dabei heilsam sey. 282
— — unter was für Krankheiten sie sich verlarvet. ..... —
— — Zufälle derselben. 283
Aderlaßen bei Schwangern, wenn es der Frucht schadet. 34
Aerzte, die, befördern den Verfall der kalten Bäder. 111
— chemische, verschreien die alte Heilart. 112
— — — woher sie die Krankheiten leiteten. —
— — — deren Heilmittel. ..... —
— französische, empfehlen das kalte Bad. .. 135
— griechische und römische, verordneten das kalte Bad als Heilmittel. ..... 83 — 92
Alte, warum sie minder schwächlich sind. 35
Alterthum, dunkeles, darin findet man Spuren vom Gebrauche des kalten Bades. 81
Arkana, verdrängen den Gebrauch des kalten Bades. ..... —
Atonie, was sie verursachen kann. 337
Auflösung der Säfte bei Faulfiebern, wie derselben Einhalt zu thun. 229
Augen, Schwäche der, was dabei dienlich ist. .. 314
Ausſatz, wodurch er geheilt worden. 199

B.

Bad, kaltes, ist das einzigste allgemeine Heilmittel bei der überhandgenommenen Schwäche, 50. Deßen Wirkung. Ebd. Wenn es angemeßen. 50 — 74. Was es verbeßert. 51. Ist Kindern nicht unangenehm. 53. Nützt dem mannbaren Alter. 57. Wenn es heilsam. 58 — 63. Macht nicht steif. .. 64
— — deßen ältere Geschichte. 77
— — deßen Gebrauch, wie alt er ist. .. —
— — — — bei den Aegyptiern. 78
— — — — bei den Medern. .. 79
— — — — wird vom Moses beibehalten. 80
— — — — in Griechenland. .. 82
— — — — bei den Lazedemoniern, Parthen, Mazedoniern, Lusitaniern. 84
— — — — bei den Scythen. .. 85
— — — — bei den Römern. .. 86
— — — — geräth bei den Römern in Verfall. 94
— — — — wird von römischen Aerzten vertheidiget. ..... 94 — 102
— — — — bei den Celten und Deutschen. 102
— — — — bei den Galliern. 105
— — — — in Ostindien. 106
— — — — auf Otahite. 107
— — — — bei den Mahomedanern. —
— — — — bei den Amerikanern. —
— — deßen neuere Geschichte. 110

Bad, kaltes, deßen Gebrauch. wie er in den nördlichen Gegenden in Verfall gerathen..... 110
— — — — wurde von den Aerzten verrufen. 111
— — — — schien den Aerzten zu einfach. 112
— — was demselben für Nachtheil zugeschrieben wurde..... 113
— — wer es zuerst wieder empfohlen. .. 114
— — wird in England wieder Mode. .. 117
— — wie es wieder in Deutschland eingeführt worden. ..... 117 — 134
— — was sich deßen allgemeinem Gebrauch widersetzte. ..... —
— — ob aus den von Waßer berührten Theilen das Blut zurücktritt. 147
— — wie lange sich darin zu verweilen.. 151
— — was man darin zu beobachten hat. 152
— — was darnach zu beobachten ist..... 153
— — deßen Wirkung auf feste und flüßige Theile. 293
— — ob es den Schlag verursache. 113
— — was für Vorsicht dabei nöthig. .. 346
— — wann und wem es schadet..... 348
— — wann es gebraucht werden kann. .. 67
— — deßen stärkende Kraft hat zwei Ursachen. ..... 294 — 296
— — deßen Nutzen bei Hautkrankheiten... 197
— — — — beim Aussatz. 199
— — — — bei Geschwüren. 191, 202, 203
— — — — bei der Krätze. 199
— — — — beim Rothlauf. 203
— — — — bei ermattenden Schweißen. 204

Bad, kaltes, deßen Nutzen bei Rheumatismen. .. 205
— — — — bei Gicht. ..... —
— — — — bei Podagra. ..... —
— — — — zur Vorbauung der Krankheiten von unordentlicher Ausdünstung. 204
— — — — b. Durchfälle. 219, 240, 274, 276
— — — — bei der Ruhr..... 219, 276
— — — — bei äußern Gewaltthätigkeiten..... 218
— — — — beim Wundliegen. 220
— — — — bei Gehirnerschütterungen. —
— — — — bei verbrannten und erfrornen Gliedern..... 221
— — — — bei Beinbrüchen..... —
— — — — bei der Entzündungshitze. 223
— — — — bei der Vollblütigkeit. .. 226
— — — — bei hitzigen Fiebern und deren Symptomen. 239
— — — — zur Vorbauung der Faulfieber..... 240
— — — — bei Kopfentzündungen. .. 243
— — — — beim Schwindel..... —
— — — — bei Gehirnentzündung. .. 244
— — — — beim Wahnsinne..... —
— — — — beim Schlagfluß..... 247
— — — — bei der Schlafsucht. .... —
— — — — bei Halsentzündungen. .. 252
— — — — bei katharrhalischen Krankheiten..... 253 — 261
— — — — beim Krampfhusten. 257
— — — — beim Schnuppen..... 259
— — — — bei einer Art Schwindsucht. 261
— — — — bei hektischen Zufällen. .. 262

Bad, kaltes, deßen Nutzen bei Wechselfiebern. .. 264
— — — — bei der Kolik. 266
— — — — bei der Windkolik und Verstopfung. ..... 270 — 274
— — — — beim Brechen... 277 — 279
— — — — bei Steinbeschwerden. 279, 280
— — — — bei der Harnverhaltung. 280
— — — bei der goldenen Ader. 281 — 283
— — — — beim Miserere. 269
— — — — beim stäten Erbrechen. .. 270
— — — — zur Vorbauung der Brüche bei Kindern..... 278
— — — — bei Entzündungen drüsigter Theile. 279
— — — — beim Blutfluße und Bluthusten..... 283 — 285
— — — — beim Mutterblutfluß. ... 286
— — — — bei zu starker Reinigung. 287
— — — — zum Vorbauen früher Geburt..... 288
— — — — bei der allgemeinen Schwäche..... 293
— — — — bei Ermüdung. 297
— — — — bei der Schwäche nach überstandener Krankheit. 297
— — — — bei örtlicher Schwäche... 299
— — — — bei Krankheiten des Unterleibes..... 300
— — — — beim periodischen Blutspeien. 304
— — — — bei der Schwäche eines verrenkt gewesenen Gliedes. —
— — — bei langwierigen Gonorrhäen. 305
— — — — bei dem geschwächten männlichen Vermögen..... —

Bad, kaltes, deßen Nutzen bei der Rückenmark-
schwindsucht. 306
— — — — beim weißen Fluße. .... —
— — — — bei der englisch. Krankheit. 307
— — — — bei der Lähmung. 310
— — — — bei der Schwäche des Ge-
dächtnisses. 313
— — — — beim schwarzen Staar. .. —
— — — — bei Augenschwäche. .... —
— — — — bei Schwäche der Verdau-
ungswerkzeuge. 299
— — — — bei Unordnungen des Stuhls
von Schwäche..... 301
— — — — beim Harnfluß. 314
— — — — bei der Dörrsucht. 309
— — — — bei einer Auflösung der
flüßigen Theile. 317
— — — — beim Scharbock. 318
— — — — bei Waßergeschwülsten der
Füße. 320
— — — — bei der Waßersucht. 321
— — — — bei Nervenkrankheiten. .. 324
— — — — bei hypochondrischen und
hysterischen Zufällen. ... 328
— — — — bei Konvulsionen. 329
— — — — bei der Epilepsie. 333
— — — — bei der Mundklemme. .. 341
— — — — beim Asthma. 344
— — — — beim Ohrenschmerz. 345
— — — — bei der Hundswuth. .. 340
— — — — zur Vorbauung der Krank-
heiten in heißen Ländern. 241
— — — — bei der Taubheit. ..... —
— — — — bei der Sprachlosigkeit... —

Bäder, kalte, auf dem Rhein, deren Einrichtung. 138
— — auf Flüßen in Frankreich, deren Bauart.
— — verschiedene Arten des Gebrauchs. .. 144
— — einzelner Theile. ..... —
— — gewöhnliche. 145
— — deren Wiedereinführung. 351
— — zu Wien auf der Donau; Urtheil der medizinisch. Fakultät darüber. 138
— — — — deren Einrichtung. 139
Baden, kaltes, ist bei Thieren Instinkt. 65
— — vorsichtig gebraucht, ist heilsam. .. 226
— — nützt, weil das Waßer eingesogen wird. 227
— — löscht den Durst. 228
— — befördert den Stuhlgang. ..... —
Bäder, warme, wie sie bei den Römern in Aufnahme kamen. 93, 111
— — machen für Ansteckung empfänglich. 241
Badhäuser, deren Pracht bei den Römern. 93
Beinbrüche, Nutzen des kalten Waßers dabei.... 221
— dabei schaden warme Umschläge und Bähungen. ..... —
Bewegung, deren Nutzen für Frauenzimmer. ... 27
Blase Zufälle der, werden durch kaltes Waßer geheilt. 345
Bluthusten, wenn dabei kaltes Waßer heilsam ist. 285
Blutflüße, dabei ist oft das kalte Waßer sehr heilsam. ..... 283 — 291
— der Mutter, wie zu stillen. 286
— le Roux, Mittel dagegen. ..... —
Blutspeien, periodisches, Nutzen des kalten Waßers dabei. 304
Brüche eingeschloßene mit Entzündung, werden durch kalte Umschläge geheilt. 277

C.

Cardialgie, was dabei heilsam gewesen. 266
Curas, bachströmischer, deßen Beschreibung..... 163

D.

Dampfbäder sind in Moskau gewöhnlich..... 107
Divona der Gallier, was darunter zu verstehen. 104
Dörrsucht, was dabei allgemein gelobt wird. ... 309
Douche la, was es ist. 345
Durchfälle, was dabei heilsam ist... 217, 274 — 276

E.

Ehen der Juden, warum sie so fruchtbar sind. .. 289
Empfindung schmerzhafte, beim Eintritt ins kalte
Waßer, wie zu vermeiden 146
Empfindungsprediger, wird nicht befolgt..... 4
Einstürzen ins kalte Waßer, wo es nützt, und was
dabei zu beobachten. 349
Eis, in die Mutter gehalten, hemmte den Blut-
sturz. 288
Englische Krankheit, was dabei heilsam. 307
Engbrüstigkeit, wie sie geheilt worden. 344
England, daselbst wird das kalte Bad Mode. ..
— Wunderquellen daselbst, woher sie ihre
Kraft haben. 105
Entzündungen drüsigter Theile, wie zu heilen. .. 279
— des Gehirns, wie sie geheilt worden. .. 244
Entzündungshaut, was sie oft anzeigt. 49
Epilepsie, woher sie entstehen kann. 337
— bei der, ist kaltes Waßer heilsam. 333
— ist nicht immer unheilbar. 339

Epilepsie, bei der Kur, worauf zu sehen. 339
Erbrechen, stätes, wie es geheilt worden..... 270
Erziehung, harte, deren Vortheile. 26
— weichliche, deren Nachtheile. 12
— überspannte, deren Nachtheil. 13

F.

Fieber, epidemische, woher sie rühren. 241
— — wie ihnen vorzubauen. 242
Fieberhitze, ist oft schädlich..... 225
Fieber, hitzige, wie sie geheilt worden. 228, 229

G.

Geburten zu frühe, wie vorzubauen. 288
Gedächtnißschwäche, woher sie rührt..... 313
— — wie zu heilen. ..... —
Gefühl, überspanntes, bei Frauenzimmern ist schädlich. 28
Gehirnerschütterung, was dabei nützt. 210
Gelehrten nützt das kalte Bad. 58
Geschwüre..... 199 — 203
Gesundheit, was sie voraussetzt. 3
Gewaltthätigkeit, äußerliche, was dabei nützt. .. 218
Gicht, wie sie geheilt worden. 211
Glieder, verbrannte, was dabei heilsam. 221
— erfrorne, was dabei heilsam. ..... —
Goldene Ader, zu was für Krankheiten sie gehört. 281
— — deren Veranlaßung. ..... —
— — was dabei heilsam. 282
— — ist oft verlarvt..... —
— — gewöhnliche Zufälle derselben. 283
Grenzlinie zwischen Krämpfen und Konvulsionen ist schwer zu bestimmen. 325

H.

Halorett, wie sie die Kinder ans kalte Waßer gewöhnen. 123
Halsentzündungen, wie sie geheilt werden. 252
Harnfluß, deßen Heilung durch kaltes Waßer. .. 314
Harnverhaltung, wann kalte Umschläge dabei heilsam sind. 281
Hautkrankheiten der Kinder, wie vorzubauen.... 199
Heilart der Alten wird von chemischen Aerzten verschrieen. 112
Hitze des Geblüts, deren Ursache. 48
— — — deren Wirkung. .... —
— — — wo sie Statt haben kann..... —
Hochland, daselbst tauchen die Mütter ihre Kinder ins eiskalte Waßer. 105
Hodengeschwülste werden durch kalte Umschläge geheilt. 278
Hypochondrie, deren Ursache. 328
— — wie zu heilen. 329
Hysterische Zufälle vor der Reinigung, was dabei nützt. 328
Hülfsmittel zum Schwimmenlernen. 177
Hundswuth, was dabei heilsam bef. ist. 349
Husten, verschiedene, werden durch warmes Verhalten schlimmer. 257
— wie sie zu heilen. .... —

K.

Katharrhalische Krankheiten, woher sie rühren. .. 253
— — — was dabei heilsam befunden... —
— — — wodurch sie verschlimmert werden. —
— — — wie das kalte Bad dabei heilsam ist. 253. 254

Kinder, deren gutes Aussehen, nach der Geburt ist oft täuschend. 32
Klistiere von kaltem Waßer, wo sie nützen. 287
Konvulsionen, was darunter zu verstehen..... 325
— — deren Eintheilung. 326
— — deren Kur. ..... 327—329
Kolik, bei welcher, und wann das kalte Waßer dabei nützlich befunden. ..... 266—269
Kopfwaschen, ehe man ins kalte Bad geht, warum es nicht nothwendig ist. 147
Kopfweh, was dabei dienlich ist. 256
Krämpfe, Grenzlinie zwischen denselben und den Konvulsionen ist schwer zu bestimmen... 325
— woher sie entstehen..... —
— womit sie verwandt sind..... —
— deren Kur..... 326
Kraft, stärkende, des kalten Waßers, deren Ursache. ..... 294—296
Kraftlosigkeit, Folge der Unzucht..... 20
— warum diese so schwer zu heben. ..... —
Krätze, wird durch warmes Waßer unterhalten... 199
Krankheiten in warmen Ländern, wie denselbrn vorgebeugt wird. 231
— — des Kopfes von Nervenzufällen, wie zu heilen. 345
— — gemeine in den Städten. 8
— — Abänderung der allgemeinen in diesem Jahrhundert. ..... —
— — deren Keime, liegen in der Lebensart. 5
— — bei, wo wallende Hitze mit Schwäche verbunden, was dabei heilsam..... 283
— — des Unterleibs, woher sie mehrentheils rühren..... 300

Krankheiten, von übermäßiger Wärme, deren Eintheilung. 224
— — Wirkungsart der Kälte dabei..... 224
— — Nutzen des kalten Wassers dabei.... 225
— — woher die chemischen Aerzte sie leiteten. 112
Krankheit in Cayenne, die der Mundklemme gleicht, wie sie geheilt wird..... 343

L.

Lapländer, tauchen ihre Kinder ins Waßer.... 103
Lähmung, was dabei heilsam..... 310
Lebensart, enthält die Keime der Krankheiten.. 5
— — itzt herrschende, deren Einfluß auf die überhand genommene Schwäche 3 ꝛc.
— — gewohnte, ist schwer zu entwöhnen 36, 37
— — der Frauenzimmer, was sie befördert. 27
— — wodurch sie bestimmt wird..... 3
Leute alte, warum sie oft gesünder, als in der Jugend sind..... 36
— — Beispiele gesunder Alten..... 38
Leute weichliche, für die ist das kalte Bad zuträglich..... 59
Lokabad, nutzt bei der anfangenden Hektik.... 262
Luft frische ist den Kindern heilsam..... 11, 12.

M.

Magenkrampf, was dabei genutzt hat..... 270
Mattigkeit langwierige, was sie ist..... 34
Mechanismus des lebenden Körpers, wie er eingerichtet..... 225
Meteorismus bei Faulfiebern, was dabei heilsam 239
Miserere, was Hofmann dabei empfiehlt..... 269
Mittel allgemeines, wider die herrschende Kränklichkeit..... 43

Mittel allgemeines, wider die herrschende Kränklichkeit, wie es beschaffen seyn muß 43
— — — was deßen Gebrauch voraussetzt. 44
— — — muß stärkend seyn..... 45
Mittel stärkende, deren Eintheilung..... 45
— — — welche bei der Schwäche nutzen. 46
— — — Einschränkung ihres Gebrauches —
— — — wie sie schaden können..... —
— — — Nachtheil ihres Gebrauches bei Wallungen des Geblüts... 47, 49
— kühlende, wenn sie bei Wallungen dienen 47
Monatfluß früher, woher er entsteht..... 27
— — unordentlicher, deßen Folgen..... 27
Mordeschen, was es für eine Krankheit ist.... 6
Moskowiter, wie sie sich von der Entkräftung nach dem Dampfbad erholen s. Dampfbad.
Mundklemme, wie sie geheilt worden..... 341

N.

Nasenbluten, wie es gestillt worden..... 292
Natur deren Ruf, wird von Aerzten verkannt.. 224
Nervenkrankheiten, warum sie bei Frauenzimmern häufig sind..... 27
— — — was dabei heilsam ist..... 324
Nervenschwäche deren Quellen..... 9
— — — Ursprung in der Kindheit..... —
— — — — — in den Jünglingsjahren 15
— — — was darunter zu verstehen..... 39
— — — was für Mittel sie erfordert... 43
— — — deren Stuffen..... 39
— — — Untergattungen derselben, erfordern Rücksicht..... 41
— — — besondere Ursachen derselben.. 23, 24

O

Ohrenschmerz, dabei war kaltes Waßer heilsam 345

P.

Pejunk, was es für eine Krankheit ist..... 6
Pest zu London, wer damit nicht behaftet worden 243
Piscina der Römer, was sie waren..... 88
Podagra, was dabei heilsam befunden.. 210—216
Psychrolosie, wer sie den Engbrüstigen empfohlen 100
Puls der, verändert sich im kalten Bade nicht.. 147
Pythagoras, macht das kalte Baden zum Gesetz. 79

Q.

Quetschungen, was dabei heilsam ist..... 219

R.

Reinigung zu starke, woher sie entsteht..... 287
— — — wie zu heilen..... —
— — — was dabei zu merken..... 288
Reitzbarkeit der Nerven, woher sie rührt..... 39
Rheumatismen, woher sie gemeiniglich entstehen. 205
— — — wie ihnen vorzubauen, und wie sie zu heilen..... —
Roger, deßen Unterricht im Schwimmen.. 164—193
Romanenlesen, deßen Nachtheil..... 29
Rothlauf, was dabei nützlich..... 203
Roux le, deßen Mittel wider den Blutfluß..... 290
Rückenmarkschwindsucht, was dabei heilsam... 306
Ruhr, wie sie geheilt worden..... 217
— woher sie zuweilen entsteht und geheilt wird..... 276, 277

S.

Säfte, wie deren Auflösung, Einhalt zu thun. . . 229
Salben, Einschmieren damit, nach dem Baden ist schädlich. 153
Säugen der Kinder, was dadurch geheilt werde. . 11
— — — ob es die Mutter schwächt. . . . 33
Scharbock, was dabei heilsam. 316
Scheintodt von mephitischen Dünsten, wie zu behandeln 251
Schlagfluß, Nutzen kalter Umschläge dabei. . . . 247
— — ob er vom kalten Bade entstehet. . . . 113

Schlafsucht, dabei nutzen kalte Fomentationen. 240—247
Schnuppen öfterer, wie sich davon zu befreien. . . 256
Schwäche, was sie für Krankheiten erzeugt. . . . 21
— wie sie entsteht. 40
— was sie für ein Heilmittel erfordert. . . . 43
— überhand genommene, wodurch sie vermehrt wird. 8
— allgemeine, was darunter zu verstehen. . . 293
— verursacht die meisten Krankheiten des Unterleibs. 300
— deren Saame ist oft lang verborgen. . . 32
— entsteht nicht von Schwangerschaften. . . 33
— ist der Hauptkarakter der herrschenden Kränklichkeit. 42
— woher sie bei Frauenzimmern rührt.
Schwangerschaften, ob sie schwächen. 33
— — Fehler während derselben, was sie verursachen. 10
Schweiße ermattende, wie sie gehoben werden. . . 204
Schweißtreibende Mittel, wo sie schädlich sind. . . 253
Schwimmteiche der Römer. 88
Schwimmen, ist dem Menschen natürlich. . . . 162
Schwimmkunst, Unterricht darinn. . . . . 164—193
Schwindel, was dabei heilsam. 243
Schwindsucht, welche Art, durch kaltes Waßer geheilt wird. 261
Selbstbefleckung, deren Wirkung auf Leib und Seele. 19, 20
Seele, deren Kultur was sie voraussetzt. . . . 24
— , Nachtheil ihrer zu frühen Kultur. 16
Seelenkräfte, deren frühe Anstrengung, was sie verursacht. 339
Senki, was es für eine Krankheit ist. 6
Sprachlosigkeit, was dabei nützlich befunden. . . 314
Spritzbad, deßen Einrichtung. 161
Steinschmerzen, wie sie geheilt worden. 313
Steifigkeit wird nicht durchs kalte Bad vermehrt. . . 64
Steinbeschwerde, was dabei heilsam. 279
Stuhl unordentlicher, woher er rührt. 301
— — — — was er verursacht. . . . . —
Sturzbad, deßen Einrichtung. 156
— — Nutzen bei der Wasserscheu. 154
— — Absicht — — — — —
Stuwe, was er vom kalten Bade sagt. 67

STADTBIBLIOTHEK AUGSBURG

Symptomen beim Faulfieber, dabei ist das kalte Wasser heilsam. 239

T.

Taubheit, was dabei heilsam gewesen. 314
Thiere, heilen sich durch kaltes Baden. 65

U.

Umschläge kalte, deren Nutzen. 144
— — deren Vernachläßigung bei Gehirnerschütterungen, was sie verursachen kann. . . 221
Unwissenheit, bringt die kalten Bäder in Verfall. . 112
Unzucht, was sie der Jugend ist und deren Eintheilung. 18
— wer besonders dazu geneigt ist. 19
— deren Wirkung auf Leib und Seel. . . . 19, 20
— deren Folgen. 20
— deren Allgemeinheit. 21

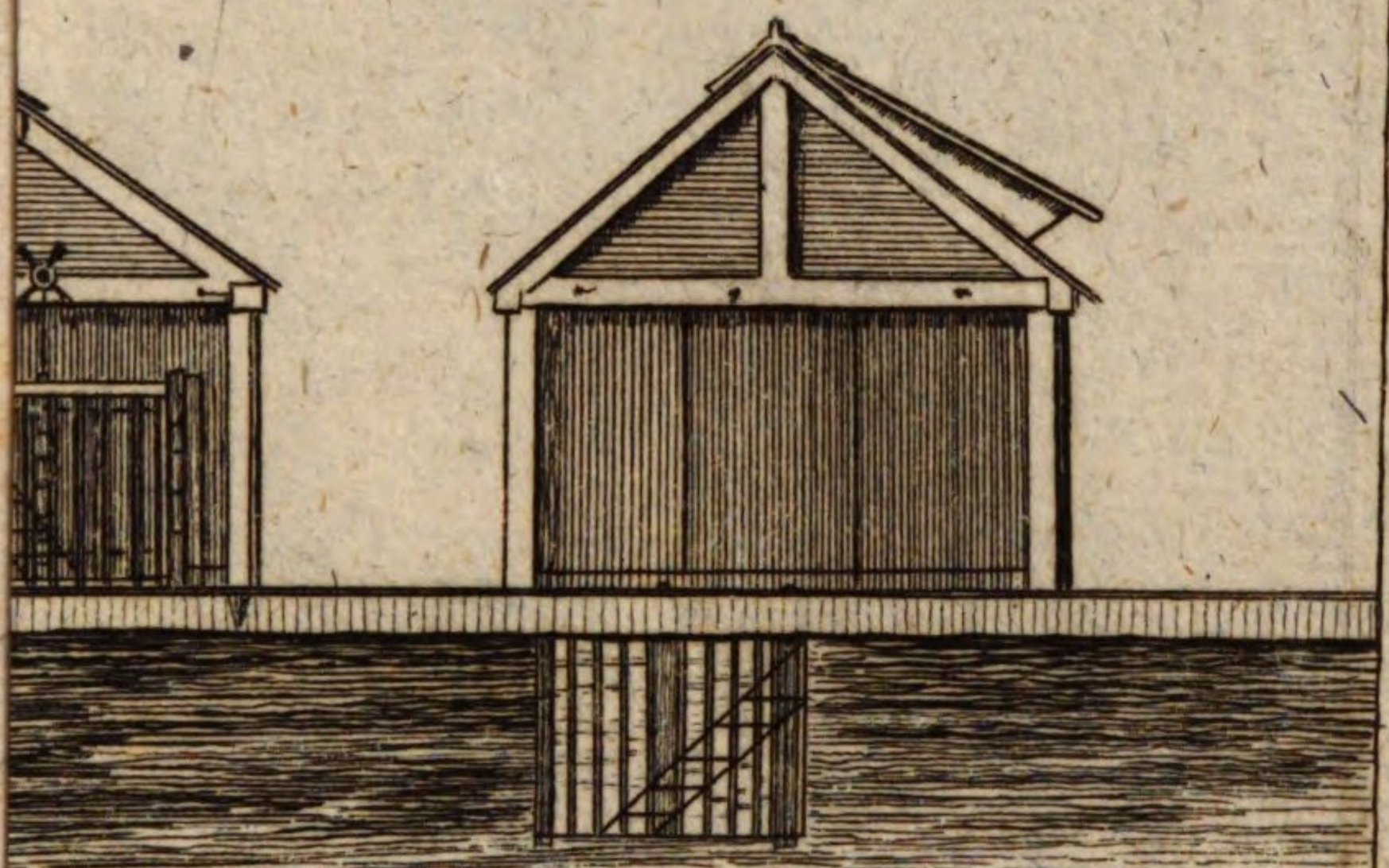
V.

Verstopfung des Leibes, wie sie geheilt worden. 271—73
Verweilen zu lange im Waßer ist schädlich. . . . 350
Vollblütigkeit, wodurch sie vermindert wird. . . . 226
Vorsichtsregeln beim Schwimmenlernen. . . 193, 194
— — — beim Gebrauche des kalten Bades.

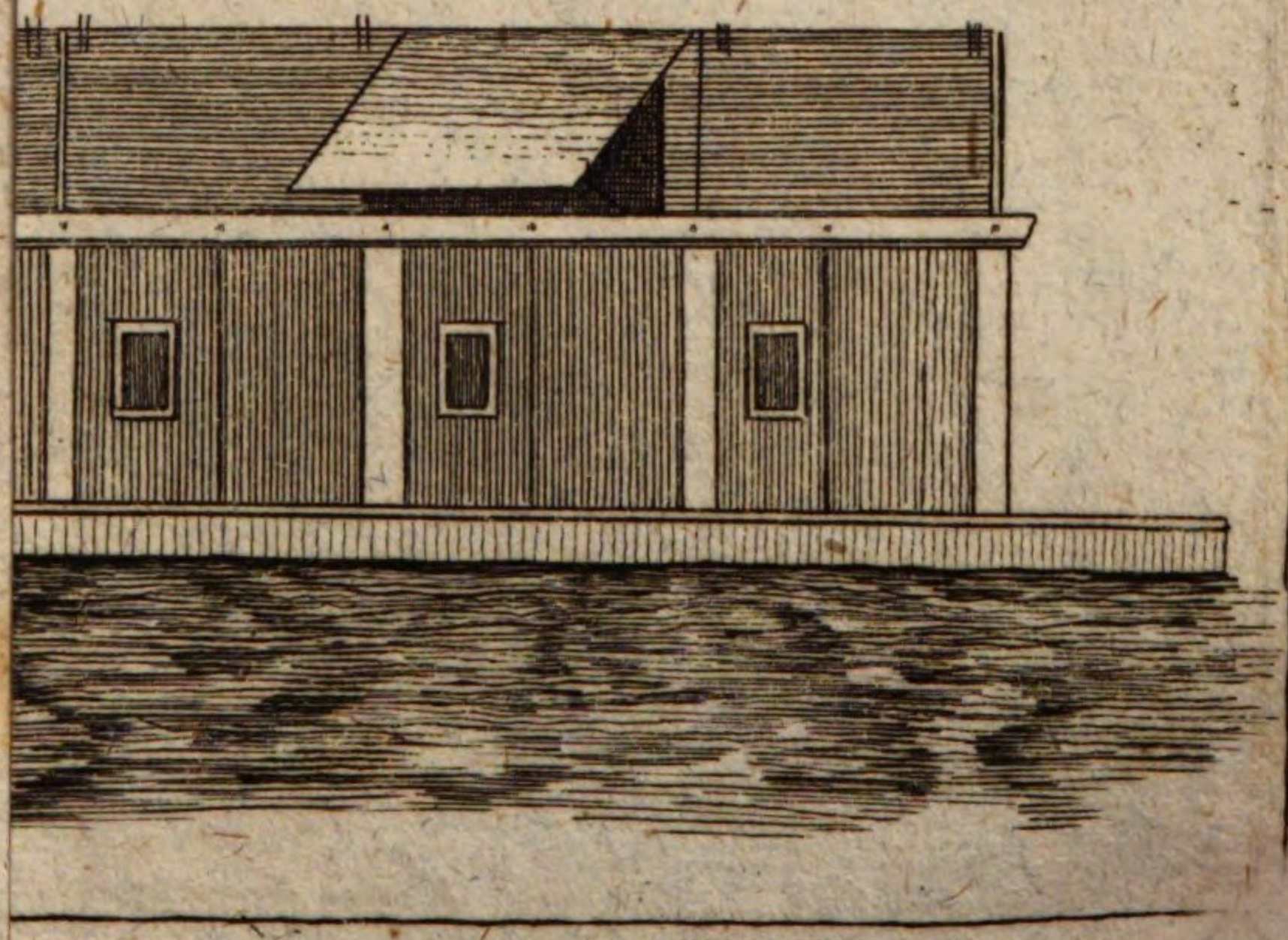
W.

Wasser kaltes, ist ein Gegengift der Natur. . . . 106
Waßergeschwulst der Füße, wie sie geheilt werden. . 320
Wassersucht, was dabei dienlich gewesen. . . 321, 322
Wärme, natürliche im Körper, was aus deren Mangel und Ueberfluß entsteht. 223
Wahnsinn, was dabei zuträglig ist. 250
Wallungen, bei schwachen Körpern, woher sie rühren. 48
— wie sie zu heben sind. . . . . —
— — — — — Aderlaße schaden dabei. . 49
— — bei Schwangern erfordern nicht immer Aderlaßen. 34
— — sind von Vollblütigkeit verschieden. . . . 41
Wechselfieber, wann bei selbigen das kalte Bad heilsam ist. 265
Weichlichkeit befördert die Aufnahme der warmen Bäder bei den Römern. 93
— — wie sich derselben zu entwöhnen. . . . 37
Windkolik, was dabei heilsam ist. 270
Wundliegen, wodurch es geheilt worden. 220

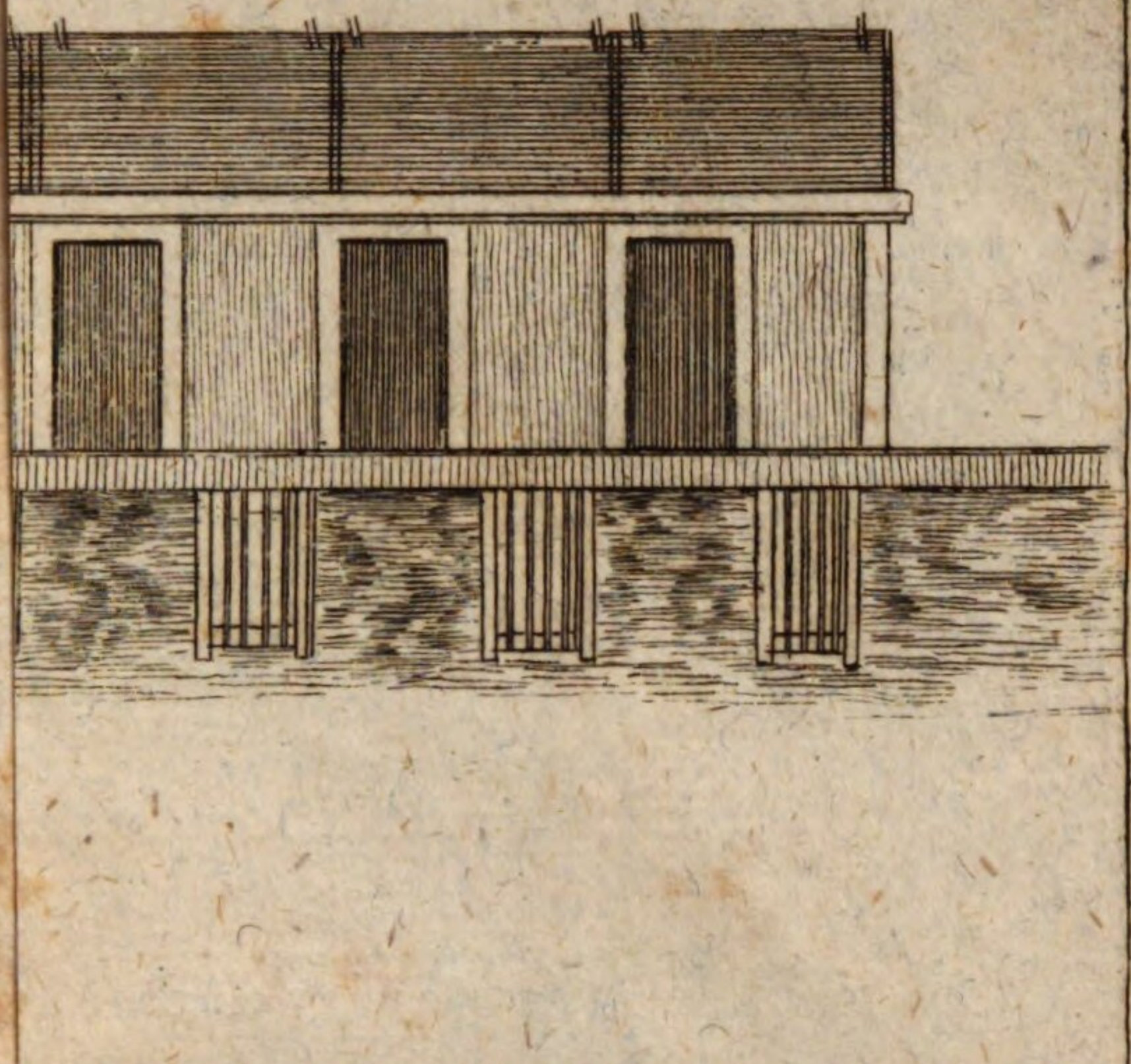
No: 5.



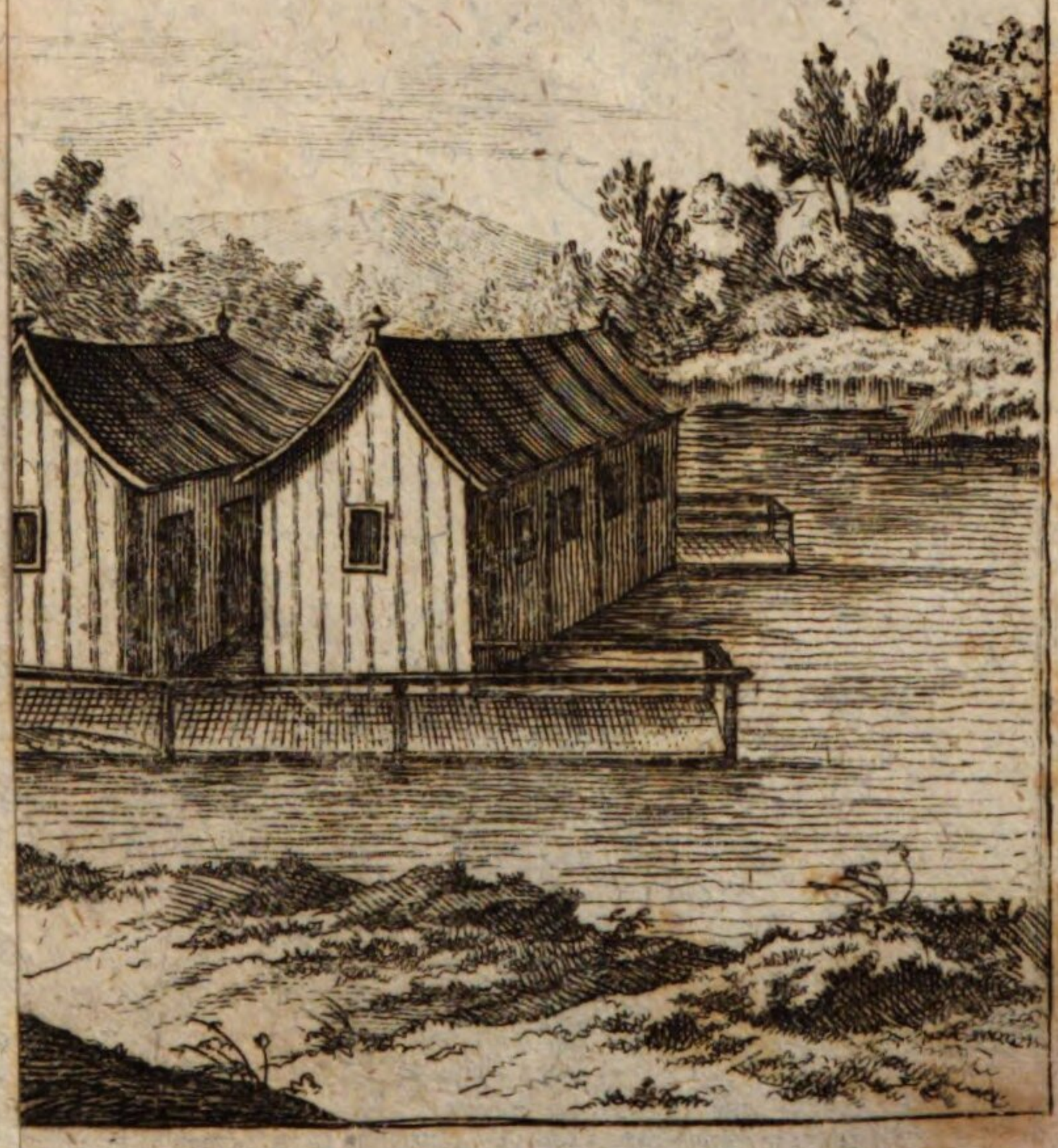
No. 6



No. 7.



No. 8.



STADTBIBLIOTHEK
AUGSBURG

Med.

Terms

BSB Bayerische StaatsBibliothek
MDZ Münchener DigitalisierungsZentrum Digitale Bibliothek

Ferro, Pascal Joseph von,

Vom Gebrauche des kalten Bades

Wien 1790
Augsburg, Staats- und Stadtbibliothek -- Med 1181
urn:nbn:de:bvb:12-bsb11268447-2
VD18 11694335-003